Prima FRESH

Cena 59 Kč / 2,99 €

MILUJEME DOBRÉ JÍDLO / PRIMA-FRESH.CZ

70+ RECEPTŮ

ISSN 2336-4874

Sváteční pocta tradicím

VÁNOCE PODLE STARÝCH KUCHAŘEK ▮ ORIGINÁLNÍ CHUŤOVKY NEJEN NA PÁRTY
HŘEJIVÉ RECEPTY Z HORSKÝCH CHALUP ▮ SLADKÉ POKLADY PRVNÍ REPUBLIKY

IVETA FABEŠOVÁ • VINTAGE KITCHEN • MILUŠE MAKÓ

Prima FRESH 4
ZIMA 2023

„Darovat je pro mě to nejkrásnější“
Zažij sílu inspirace.
Moje dm-app
dm.cz
dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Milé čtenářky, milí čtenáři,

každý rok, když v září potkám v obchodech mikulášské figurky a vánoční kolekce, otřese mnou šok: zatímco já mám na sobě letní šaty, Vánoce se nezadržitelně blíží a další rok je téměř za námi! Jakmile se ale objeví první mrazíky a zároveň se blíží uzávěrka vánočního čísla, začnu se na tohle náročné, ale krásné roční období těšit. Celý prosinec by mohlo charakterizovat jedno jediné slovo: TRADICE. Začíná to už koncem listopadu pečením perníčků a výrobou adventního věnce, následuje Mikuláš a maraton výroby vánočního cukroví, vaječného koňaku, jedlých dárků, firemních večírků i adventních koncertů. A pak samotné svátky, věčné hádky o nejlepší recept na bramborový salát, zdobení stromečku i fronta na kapry, svíčková či pečená kachna s rodinou... A volně přecházíme k závěru roku, oslavy silvestra se neobejdou bez dobrot a Nový rok zase bez čočky. Každá rodina má ale svoje tradice, které si pečlivě hýčká. A občas je trochu osvěží něčím novým.

A od toho jsme tu my. Připravili jsme pro vás 100 stran neotřelých nápadů, jak si toto sváteční období užít ještě o něco víc. Pro inspiraci jsme se tentokrát obrátili zpátky do minulosti, prozkoumali jsme staré kuchařky a sestavili slavnostní menu jak z prvorepublikového filmu. A ve stejné době ještě chvíli zůstaneme, našli jsme pro vás totiž luxusní moučníky, které pekly naše praprababičky. Obměnit svou sbírku cukroví můžete s recepty od Ivety Fabešové, která se inspirovala klasickými kousky od Marie Janků-Sandtnerové. V neposlední řadě se pokochejte historickými recepty z kuchařky Vintage Kitchen, které jsou ale překvapivě aktuální a opět moderní.

K zimě patří výlety na zasněžené sjezdovky, a proto jsme se tentokrát rozhodli prozkoumat unikátní jídla z hor. Hřejivá, sytá, chtělo by se říct až léčivá, která pomůžou nabrat síly, až přijdete domů vymrzlí. Zahřát se ovšem můžete i oblíbenou vietnamskou kuchyní. Našli jsme jídla, která možná ještě neznáte, ale zaručeně je budete chtít ochutnat!

Závěr roku patří večírkům a setkávání s přáteli i s rodinou. A u toho nesmí chybět skvělé pohoštění. Nic proti chlebíčkům a jednohubkám, ale letos se s našimi tipy můžete trochu odvázat. Po Novém roce pak přijdou vhod návody na jídla, která nestojí balík a přitom skvěle chutnají. A pokud se chystáte jídelníček trochu odlehčit, budou se vám líbit báječné bezmasé dobroty z bistra Green Table.

Užijte si tradiční, ale i trochu nevšední sváteční čas s novým číslem časopisu Prima FRESH.

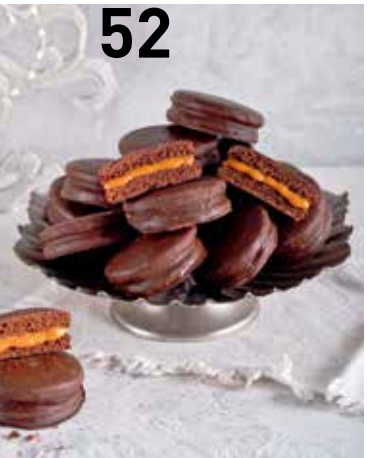
Krásné Vánoce a šťastný a klidný nový rok!

Vaše Klára Michalová

FOTO SHUTTERSTOCK • FOTO NA OBÁLCE MAREK KUČERA

OBSAH

Víc než 70 receptů, víc než důvodů, proč milovat jídlo!



Sváteční sezona

BOHATÁ TABULE

10
Slavnostní polévky pro každou příležitost i chuť
36
Vánoce podle starých kuchařek
80
Pusinková pavlova tentokrát jako stromeček
82
Opravdu netradiční chuťovky, o které se poperete

Doma v kuchyni

VYCHUTNEJTE SI POCTIVÁ JÍDLA

44
Jíme zdravě za pár korun
50
Domácí karamelový mléčný krém dulce de leche
54
Vyzkoušejte (doma) klasiky z horských středisek!
66
Pravé vietnamské recepty vás uchvátí
74
Krásné prvorepublikové moučníky
98
Novoroční čočka – prostá, ale s ohňostrojem chutí

Teď vaří chef

INSPIRACE OD PROFÍKŮ

16
Vintage Kitchen, top jídelní historie
28
Iveta Fabešová peče podle Sandtnerky. Božsky!
90
Bezmasé skvosty z Green Table Miluše Makó

Servis

TIPY, TRIKY, INFORMACE

24
Čerstvé zprávy z trhu
42
Dárky, které chutnají
64
Oslo láká ke gastrotoulkám
88
Great Taste, světové ceny pro české výrobky
96
Nové přírůstky do vaší knihovny

Vychutnejte si chuť pravého italského espressa

Caffè Vergnano je nejstarší italská pražírna kávy. Ušlechtilá chuť našeho espressa byla dovedena k dokonalosti díky lásce a nadšení čtyř generací rodiny Vergnano. Osobně vybíráme ta nejlepší kávová zrna, pražíme pomalu s využitím našich tradičních postupů. To je naše každodenní práce, ale především je to naše životní vášeň.

Jsme tu pro Vás, abychom Vám ukázali, proč je Caffè Vergnano tím pravým italským espressem.

WWW.CAFFEVERGNANO.COM

Kontakt: coffee.expert@cchellenic.com

Výhradní distributor pro Českou republiku a Slovensko: Coca-Cola HBC Česko a Slovensko s.r.o.

Index receptů

Předkrmy, chuťovky, malá jídla

8 Vinná klobása na černém pivu
17 Těstovinový závin ze sušených hub
19 Jahelník – houbový a švestkový
21 Šneci se sardelovou nádivkou
22 Celer po francouzsku
37 (Staro)český salát
40 Pikantní masové roládky
46 Salát z uzené makrely
47 Bramborový salát se šunkou a fazolkami
48 Sýrová roláda
62 Pečený bramborák
72 Rybí omáčka
82 Nakládané syrečky
83 Sýrové kuličky
84 Smažené „kuře“ z hlívy
85 Sýrové cruffiny
86 Řepné lívanečky s uzeným lososem
90 Tvarůžkový tatarák
92 Vodní pickles s umeoctem

Polévky

10 Polévka z pečeného pastináku s česnekem, bílými fazolemi a šalvějí
11 Hrachovka s uzeným
12 Luxusní ramen
13 Dvojitý vývar consommé
14 Parmazánový krém
16 Ořechová polévka se ztraceným vejcem
38 Polévka à la želví
60 Tyrolské knedlíky
67 Hovězí polévka s nudlemi a citronovou trávou

Hlavní jídla

18 Telecí šiška s citronovým přelivem
39 Nakládaná husa
45 Zdravé francouzské brambory
46 Kuře s hráškovým pyré
57 Savojský hrnec
58 Koláč Cholera
59 Capuns
61 Trentinský guláš
66 Kadeřávek se šalotkami, zázvorem, kimči a těstovinovou rýží orzo
68 Pomalu vařené hovězí s citronovou trávou, badyánem a kořenovou zeleninou
69 Pečené kuře se zázvorem a citronem
70 Kuře na zázvoru
71 Vepřová pečeně na roštu
72 Křupavý pečený bůček
91 Langoše s trhanou hlívou a zakysanou smetanou
93 Celerové „rybí prsty“ s jemným bramborovým salátem
94 Pohankový houbový kuba s portobello steakem
98 Čočka s pečenou zeleninou a klobáskami

Sladké, nápoje

20 Medový perník s povidly
28 Ořechy v kávě
29 Ořechy plněné krémem
30 Půlměsíčky se žloutkovou polevou
31 Betlémské hvězdičky
32 Vánoční pomerančový krém
33 Čokoládové rohlíčky
34 Vanilkové koblížky
41 Piškotový dort s jablkovou nádivkou
44 Chléb s karamelizovaným banánem a tvarohem
49 Kokosové řezy
50 Tradiční dulce de leche
52 Dvoučokoládové alfajores
56 Karamelové střepy
74 Citronový dort s mandlovou náplní
75 Mramorová třívrstvá bábovka
76 Zázračný koláč
77 Výtečný ovocný chlebíček
78 Kaštanové řezy se šlehačkou
80 Sladký stromeček
85 Tiki espresso

SAVO
Účinné na odolné skvrny i při nízkých teplotách?
SAVO ZŘEJMĚ
SAVO
PRACÍ GEL
NA BAREVNÉ PRADLO
48
SAVO
PRACÍ GEL
UNIVERZÁLNÍ
48
SAVO
PRACÍ GEL
UNIVERZÁLNÍ JARNÍ SVĚŽEST
48
TOTAL CARE
OFF
CARE
ECO
90°
60°
40°
30°
20°
1300
1000
800
400
PLUS

Pod pokličkou

Letos už podesáté proběhla soutěž Foodblog roku, která se snaží ocenit ty nejzajímavější foodblogy v České republice. Součástí soutěže je i objevování nových blogů a rozšiřování povědomí o tvůrcích, kteří dokázali z amatérského koníčku vytvořit profesionální obsah. Už od počátku soutěže je v porotě šéfredaktorka Prima FRESH Klára Michalová, která s foodblogery ráda spolupracuje. Například v tomto čísle můžete najít ukázku z kuchařky Vintage Kitchen Pavly Janečkové, která letos získala krásné třetí místo, hned za Chili Ta a Karolínou Fourovou. Více informací najdete na Instagramu @foodblogroku.
Máte své oblíbené foodblogy? Napište nám, které na e-mail: fresh@iprima.cz.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ

Při listování časopisem často narazíte na toto razítko s QR kódem. Pokud se tak stane, znamená to, že daný materiál má přesah na našem webu **prima-fresh.cz**. Najdete tam více receptů k tématu nebo od určitého autora. Objevíte tam i více fotek k receptu nebo podrobnější informace.

podle @sklarouvkuchyni

VINNÁ KLOBÁSA NA ČERNÉM PIVU

K orosenému žejdlíku se tahle chuťovka báječně hodí. Místo tradičních špekáčků zkuste zapéct navinulou vinnou klobásu se zeleninou a nasládlým černým pivem, které v troubě krásně zkaramelizuje.

5 PORCÍ
PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

- 600 g vinné klobásy
- 2 lžíce rostlinného oleje
- 2 velké cibule
- 50 g uzené slaniny
- 2 stroužky česneku
- 2 červené papriky
- 250 ml černého piva
- 100 g drcených konzervovaných rajčat
- 2 lžíce kečupu
- 1 lžička soli
- 1 lžička mleté uzené papriky
- ½ lžičky chilli vloček (nemusí být)
- čerstvě namletý pepř
- kvásková chléb k podávání

1 Vinnou klobásu rozdělte na 5 kousků, stočte je do tvaru šneka a zpevněte je párátky. Předehřejte troubu na 200 °C.

2 Ve velké pánvi vhodné do trouby rozehřejte 1 lžíci oleje a opečte šneky dozlatova z obou stran, poté je vyndejte na talíř.

3 Do pánve vlijte další lžíci oleje a přidejte cibuli nakrájenou na proužky, slaninu na kostičky, česnek na plátky a červenou papriku na kostky. Restujte, až cibule lehce zezlátne.

4 Mezitím v misce prošlehejte černé pivo, drcená rajčata, kečup, sůl, pepř, uzenou papriku a chilli vločky, pokud chcete jídlo ostřejší.

5 Na restovanou zeleninu položte šneky z klobásky a zalijte je omáčkou. Pečte asi 25 minut, až omáčka zhoustne. Podávejte s čerstvým chlebem.

PŘIPRAVILA KLÁRA MICHALOVÁ

SLEDUJTE NÁS NA FACEBOOKU A INSTAGRAMU!
facebook.com/PrimaFresh.cz & instagram.com/primafresh

@bbs_food

@just_good_by_me

@s_kocarkem_za_jidlem

VÁNOCE S @PRIMAFRESH NA INSTAGRAMU
Připojte se do naší galerie na Instagramu! Uvařili jste něco podle našeho časopisu, kuchařky nebo webu? Podělte se o to s ostatními! Stačí přidat oficiální hashtag #primafresh. Tři nejlepší fotky uveřejníme v příštím čísle!

PRIMA FRESH

VYDÁVÁ
FTV Prima, spol. s r. o.
Vinohradská 3217/167, Praha 10 – Strašnice
IČ: 48115908
Společnost je zapsaná v obchodním rejstříku u Městského soudu v Praze, oddíl C, vložka 16778
POWERED by SOLUTIONS
PUBLISHER
Aleš Pýcha
ADRESA REDAKCE
Vinohradská 3217/167, Praha 10 – Strašnice
REDAKCE
Klára Michalová (klara.michalova@iprima.cz), Jitka Rákosníková, Kristina Zábrodská, Milan Matoušek, Karolina Voňková
POSTPRODUKCE
Sevenart, s. r. o.

SPOLUPRACOVNÍCI REDAKCE
Alena Hrbková, Marek Kučera, Klára Zíková, Petra Frýdlová
MARKETING
Aleš Pýcha, Petra Hanzelková (petra.hanzelkova@iprima.cz)
INZERCE
Linda Komjati (linda.komjati@iprima.cz, tel.: 725 428 523)
MEDIA CLUB, s. r. o., Vinohradská 3217/167, Praha 10 – Strašnice
DISTRIBUCE
Petra Hanzelková
DISTRIBUCI PRO ČR ZAJIŠŤUJE:
PNS a. s., Pacerická 1/2773, 193 00 Praha 9 – Horní Počernice

DISTRIBUCI PRO SLOVENSKO ZAJIŠŤUJE:
Mediaprint-Kapa Pressegrosso, a. s., Stará Vajnorská 9, 831 04 Bratislava, www.mediakapa.sk
TISK
TRIANGL, a. s., Beranových 65, 199 02 Praha 9
PŘEDPLATNÉ
Objednávky předplatného pro ČR zajišťuje: SEND předplatné, spol. s r. o., Ve Žlíbku 1800/77, 193 00 Praha 9, tel.: 225 985 225, 777 333 370, primafresh@send.cz, www.send.cz
Objednávky předplatného pro Slovensko zajišťuje: Mediaprint-Kapa Pressegrosso, a.s., Oddelenie inej formy predaja P.O.BOX 183, 830 00 Bratislava 3, tel: 0800 188 826 e-mail: predplatne@mpkapa.eu, www.ipredplatne.sk
Časopis vychází čtvrtletně, povoleno MK ČR E 21791
ISSN 2336-4874
Přetisk a jakékoliv šíření povoleno pouze se souhlasem vydavatele.

eta

Gratus Di Vetro

moderně, stylově, jednoduše.

6 lahví

italského prosecca

Terra Vizina jako

DÁREK

Glass Design by **Rony Plesl**

Akce se vztahuje na kuchyňské roboty ETA Gratus di Vetro ETA002890130 a platí do 31. 12. 2023 nebo vydání zásob dárku. Více na **https://www.eta.cz/gratus-di-vetro/**

Czech Crystal by **BOMMA**

bomma

Na slavnostním talíři

ZASYTÍ A ZAHŘEJÍ

POLÉVKY MŮŽOU BÝT ZÁKLADEM MENU ČI JEHO ZÁCHRANNOU VESTOU, HLAVNÍM CHODEM, SAMOZŘEJMOSTÍ, O NÍŽ ANI NEPŘEMÝŠLÍME, A DOKONCE I ZAPOMÍNANOU POLOŽKOU. TY, KTERÉ NÁSLEDUJÍ, JSOU SKUTEČNÝMI KRÁLOVNAMI SLAVNOSTNÍHO STOLU A ZARUČUJEME VÁM, ŽE AŤ UŽ JE BUDETE PODÁVAT NA LUXUSNÍM PORCELÁNU, NEBO V PROSTÉ MISCE, VY I VAŠI HOSTÉ NA NĚ BUDETE DLOUHO A S LÁSKOU VZPOMÍNAT!

POLÉVKA Z PEČENÉHO PASTINÁKU S ČESNEKEM, BÍLÝMI FAZOLEMI A ŠALVĚJÍ

Prosté, téměř skromné suroviny v neobvyklém spojení se pečlivou úpravou promění v sametovou lahůdku hodnou povýšení do šlechtického stavu.

6 PORCÍ
PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

- 3 středně velké nebo 2 velké pastináky
- 1 velká cibule
- 6 velkých stroužků česneku
- 2 lžíce extra panenského olivového oleje + k podávání
- 400 g konzervovaných nebo předem uvařených drobných bílých fazolí
- 1 l drůbežího nebo zeleninového vývaru
- 1 lžíce drobně nakrájených listů šalvěje + celé lístky k podávání
- sůl a čerstvě namletý pepř

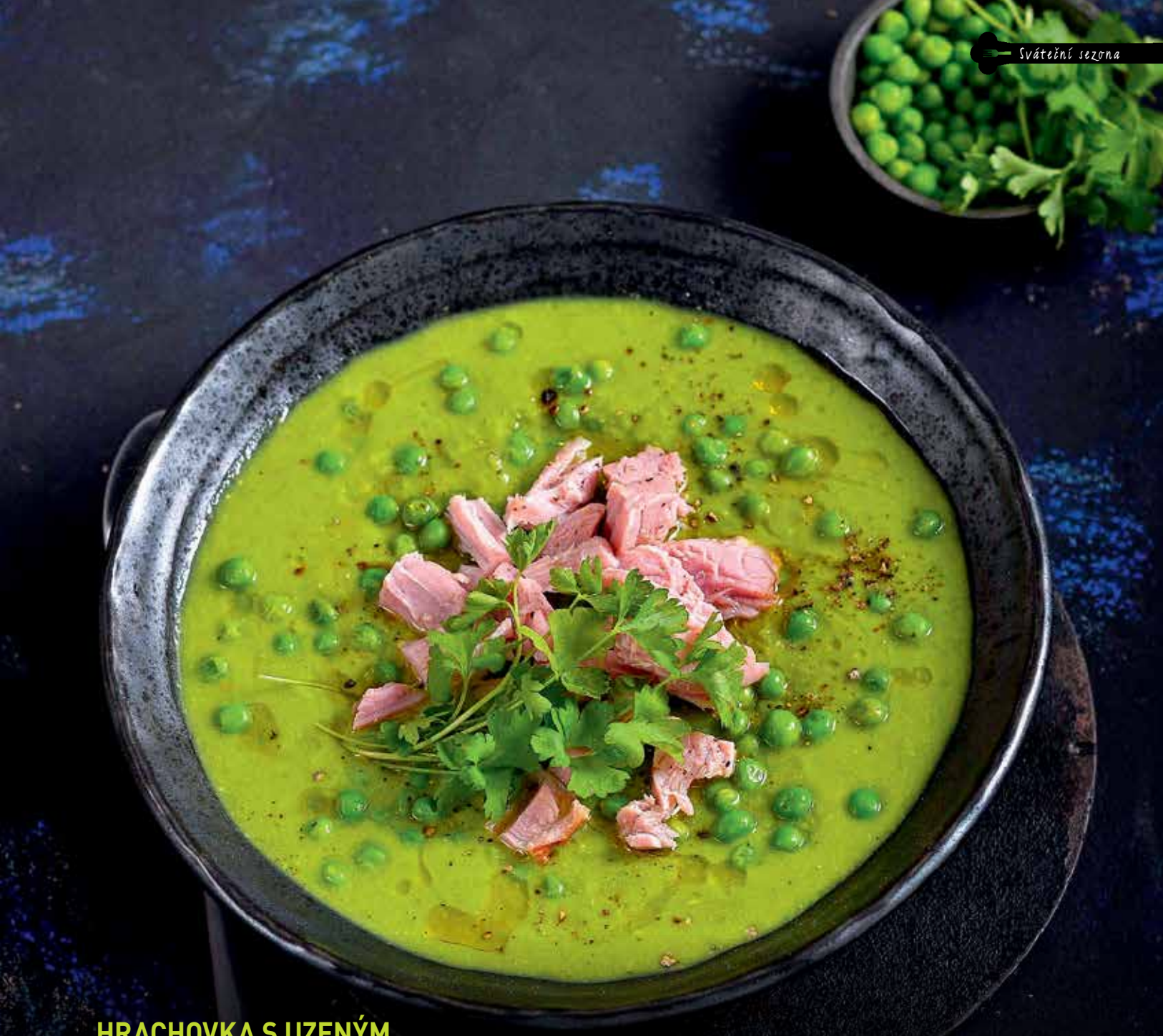
1 Troubu předehřejte na 200 °C. Pastinák a cibuli oloupejte a nakrájejte na kousky. Promíchejte je s neoloupanými stroužky česneku v pekáči, zakapejte olejem, osolte a opepřete. Pečte 35 až 45 minut, až budou měkké a u okrajů se začnou připékat.

2 K zelenině v pekáči vsypte scezené fazole (hrst si ponechte stranou k podávání) a vraťte ještě na 5 minut do trouby.

3 Vývar v hrnci uveďte do mírného varu, vsypte k němu upečenou zeleninu fazolemi, vymačkanými stroužky česneku a veškerou šťávu z pekáče. Přidejte nakrájenou šalvěj a polévku rozmixujte, případně dochuťte.

4 Polévku rozlijte do talířů nebo misek, přidejte celé fazolky, zakápněte olivovým olejem a ozdobte na oleji osmaženými celými lístky šalvěje.

PŘIPRAVILA JITKA RÁKOSNÍKOVÁ • FOTO MAREK KUČERA • FOODSTYLING PETRA FRÝDLOVÁ



HRACHOVKA S UZENÝM

Jistě, známe ji všichni a mnozí z nás ji na Vánoce vyměňují za rybí polévku. V téhle superverzi s čerstvým hráškem skromná lidovka povyšuje na královský kousek, a tak se stane krásným dárkem do vašeho receptáře nejen na Štědrý den.

6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: CCA 2 HODINY

UZENÉ A VÝVAR

- 1 velká cibule • 2 velké mrkve • 2 l vody
- 3 řapíky celeru • 3 bobkové listy
- 1 malé uzené kolínko o váze cca 800 g
- ½ lžičky nadrcených kuliček černého pepře
- špetka mletých sušených chilli papriček

DOKONČENÍ

- 3 větší cibule • 75 g másla • 2 lžíce hladké mouky
- 900 g čerstvého nebo mraženého hrášku
- sůl a čerstvě namletý černý pepř

1 Cibuli na vývar rozkrojte na čtvrtky, mrkev očistěte a nakrájejte na větší kusy, celer nakrájejte nahrubo. Vsypte do hrnce a přidejte kolínko a koření, zalijte vodou, uveďte do varu, promíchejte a pak při mírné teplotě vařte nepřikryté zhruba 1 hodinu.

2 Vývar přeceďte, zeleninu vyhoďte, maso dejte stranou. Měli byste mít asi 1,5 l vývaru, pokud je ho víc, vraťte ho v čistém hrnci na plotnu a varem zredukujte.

3 Cibuli oloupejte a nakrájejte nadrobno. Máslo rozehřejte ve velkém kastrolu při středně vysoké teplotě, vsypte cibuli a nechte ji zvolna opékat asi 10 minut, až zvláční, ale nezabarví se. Zaprašte moukou a asi 1 minutu promíchávejte. Vlijte vývar, zvyšte teplotu a uveďte do varu.

4 Do polévky vsypte hrášek, znovu uveďte do varu a pak při mírnější teplotě vařte asi 3 minuty, až bude hrášek měkký. Mezitím očistěte maso od kostí a zbytků kůže, chrupavek a šlach a nakrájejte ho na kousky.

5 Trochu vychladlou polévku rozmixujte, dejte do ní maso, krátce prohřejte, je-li třeba, osolte a poprašte čerstvě namletým pepřem. Podávejte v nahřátých talířích nebo miskách.

prima tip

Nakládaná vejce mají skvělou chut' a použít je můžete mnoha způsoby. Budete potřebovat 6 vajec uvařených natvrdo. V kastrolu svařte na plátky nakrájený 5cm kousek zázvoru, 1 rozetřený stroužek česneku, 80 ml sójové omáčky a 50 ml saké, trvá to asi 5 minut. Vmíchejte 1 lžíci tekutého medu, dejte stranou a nechte 3 minuty stát. Sceď'te a do odvaru vmíchejte 500 ml studené vody, vložte oloupaná vejce a nechte nejméně 24 hodin marinovat v chladu.

LUXUSNÍ RAMEN

Ikona japonské kuchyně pomohla nastartovat nový život polévek po celém světě. I na pohled nádherný životabudič je vlastně celým jídlem, a to naprosto špičkovým, takže není divu, že se ramen stal miláčkem davů i celebrit. Hodnota tohoto pokladu ovšem překračuje povrchní kritéria a ramen si zaslouží místo na výsluní v jakékoliv kuchyni.

6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT + 14 HODIN NA MASO

MASO
- 750 g vepřového bůčku bez kůže • 10 g hrubé soli
- 20 g světlého přírodního krupicového cukru
- 30 ml světlé sójové omáčky

DOCHUCOVACÍ SMĚS
- 1 cibule • 4 stroužky česneku • 3cm kousek čerstvého zázvoru
- 1 kyselejší zelené jablko (Granny Smith) • 75 ml saké
- 1 lžíce rostlinného oleje • 75 ml mirinu • 100 ml sójové omáčky

VÝVAR
- 1 l drůbežího vývaru • 1 l daši vývaru

DOKONČENÍ
- 6 nakládaných vajec (viz Prima tip) • 450 g suchých nudlí ramen
- 3 jarní cibulky • 1 čerstvá červená chilli papřička

1 Vepřový bůček potřete solí a cukrem, zakapejte sójovou omáčkou a vše dobře vmasírujte do masa. Nechte ho přikryté přes noc v ledničce.

2 Troubu předehřejte na 160 °C, z masa otřete přebytečnou marinádu, dejte ho do formy, do níž se tak akorát vejde a přikryté alobalem ho pečte 4 hodiny. Vypečené sádlo odlijte na později.

3 Cibuli, česnek a zázvor oloupejte a nakrájejte nadrobno. Jablko nakrájejte na kostičky. Vsypte vše do pánve s olejem a velice zvolna a za stálého promíchávání smažte 45 minut, až směs změkne, ale nezabarví se.

4 Saké a mirin vlijte do kastrůlku a při vysoké teplotě svařte, až směs začne bublat. Nechte ji asi 4 minuty redukovat, pak snižte teplotu, přidejte sójovou omáčku a jablečný rozvar. Vařte ještě 5 minut a dejte stranou.

5 Krátce před podáváním smíchejte oba vývary, uveďte je do varu a vařte asi 5 minut. Dejte vařit vodu na nudle a upečené maso nakrájejte na tenké plátky. Připravte 6 misek, do každé dejte po 1 lžíci vypečeného sádla a dochucovací směsi a rozlijte horký vývar. Nudle vařte ve vroucí osolené vodě 45 vteřin nebo podle návodu na obalu, sceďte je a rozdělte do misek. Navrch rozložte plátky masa a půlky vajec. Posypte nadrobno nakrájenou cibulkou a chilli papričkou a podávejte.

DVOJITÝ VÝVAR CONSOMMÉ

Jde o opravdovou císařovnu mezi polévkami. Jednoduchý vývar (z různých druhů masa, vybrali jsme drůbeží) zesílený dalšími přísadami a uvařený podruhé je nezbytným předpokladem vysoké gastronomie, ale to neznamená, že byste si ho nemohli dost snadno připravit i doma. A dokonce s tím nebudete mít ani moc práce, jak dokazuje metoda doporučovaná naším michelinským kuchařem Romanem Paulusem. Chce to pravda čas, ale vývar se víceméně vaří sám, jen ke konci ho musíte přecedit. Na závěr, pouze s několika vybranými vložkami, dospějete k mytické polévce zvané consommé Colbert.

6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: CCA 3 HODINY

CONSOMMÉ
- 2 l základního studeného drůbežího vývaru z kuřecí kostry
- 1 vykostěné kuřecí stehno bez kůže, cca 200 g
- celkem 300 g kořenové zeleniny – mrkev, petržel nebo pastinák, kousek celeru
- 5 bílků
- 1 cibule
- 2–3 bobkové listy
- 1 lžíce kuliček černého pepře

CONSOMMÉ COLBERT
- 1 lžíce másla
- po 1 hrsti na kostičky nakrájené mrkve, řapíkatého celeru, vodnice nebo tuřínu, pórku
- vejce podle počtu osob
- snítka estragonu nebo kerblíku

1 Základní vývar nechte v ledničce až do doby přípravy. Maso a zeleninu nahrubo umelte (společně). V míse důkladně rukama promíchejte s bílky, tuto směs dejte do hrnce s vývarem, přidejte nahrubo nakrájenou oloupanou cibuli a koření.

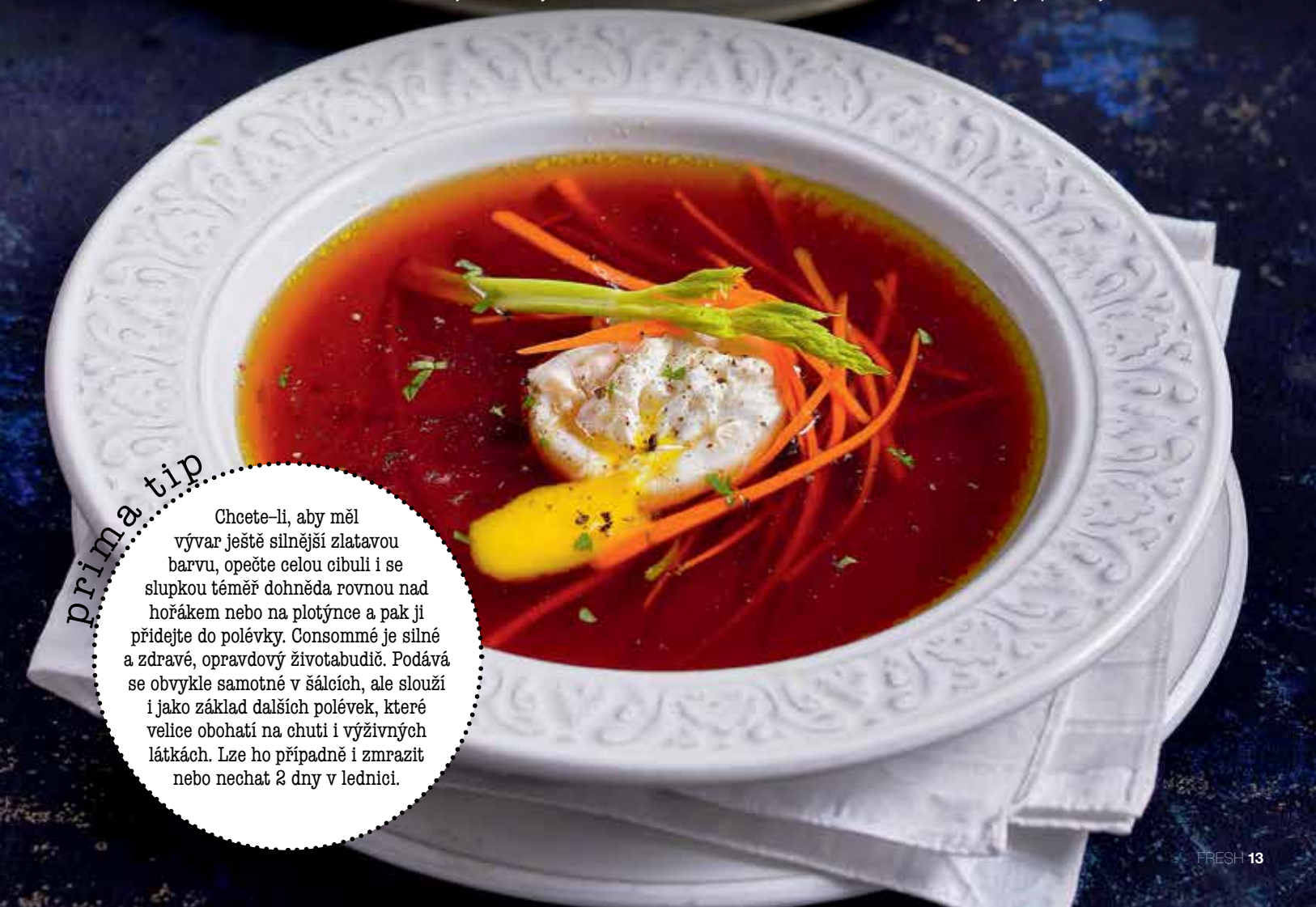
2 Postavte na plotýnku a uveďte do varu, během této doby promíchávejte ode dna, aby se masová směs nepřichycovala. Jakmile se koláč masové směsi usídlí na povrchu vývaru a začne na sebe nabalovat pěnu, snižte teplotu a mírným varem vařte 2 hodiny. Během této doby si consommé nemusíte nijak zvlášť všímat. Nakonec nechte vývar asi 20 minut stát mimo plotnu, aby trochu vychladl.

3 Připravte velkou skleněnou nebo porcelánovou mísu, postavte na ni jemný cedník a vyložte ho čistým plátěným hadříkem, případně gázou. Pomocí naběračky pak odebírejte čistý vývar pod povrchem masového škraloupu a přelévejte ho přes vyložený cedník do mísy. Přelévejte pečlivě po naběračkách, nikoliv najednou, to by se zkalil. V míse budete mít krásný čirý a silný vývar zlatavé barvy. Podává se obvykle jen s jednoduchými vložkami.

4 Na consommé ve stylu Colbert nechte dvojitý vývar lehce vřít. V pánvi na másle opékejte nakrájenou zeleninu, až změkne, ale nezabarví se, trvá to 3 až 4 minuty. Dejte stranou.

5 Do vroucího vývaru nechte opatrně sklouznout z naběračky po jednom vejci tak, aby se takzvaně zastřela – jakmile začne bílek bělat, lehce ho přehrňte přes žloutek, který má zůstat polotekutý.

6 Vývar rozlijte do misek nebo talířů, přidejte zastřené vejce a trochu osmažené zeleniny, ozdobte snítkou bylinky a podávejte.



prima tip

Chcete-li, aby měl vývar ještě silnější zlatavou barvu, opečte celou cibuli i se slupkou téměř dohněda rovnou nad hořákem nebo na plotýnce a pak ji přidejte do polévky. Consommé je silné a zdravé, opravdový životabudič. Podává se obvykle samotné v šálcích, ale slouží i jako základ dalších polévek, které velice obohatí na chuti i výživných látkách. Lze ho případně i zmrazit nebo nechat 2 dny v lednici.

PARMAZÁNOVÝ KRÉM

Přestože hlavní surovina by odkazovala k Itálii, je tato úchvatná slavnostní polévka dítětem kulinární fantazie kuchařů vynikající pařížské restaurace L´Ami Jean.

4–5 PORCÍ

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

- 1 cibule • 100 g parmazánu + k podávání
- 30 g másla • 500 ml drůbežího vývaru
- 1 l smetany ke šlehání (33%)
- 500 ml plnotučného mléka
- 25 g anglické slaniny

K PODÁVÁNÍ

- 1 šalotka • 1 hrst pažitky • sůl a čerstvě namletý pepř
- nasucho opečené plátky bagety nebo krutony ze staršího pečiva

1 Cibuli oloupejte a nakrájejte nahrubo. Parmazán nakrájejte škrabkou na sýr na tenké plátky. Ve velkém hrnci rozehřejte máslo. Vsypte cibuli a smažte, až zvláční, asi 10 minut. Vsypte asi dvě třetiny parmazánu, vlijte vývar, smetanu a mléko a uveďte do mírného varu. Vařte asi 45 minut, až polévka zhoustne a sýr se rozpustí.

2 Mezitím nakrájejte slaninu na kostičky a vyškvařte ji v pánvičce dokřupava. Na papírové utěrce nechte odsát přebytečný tuk.

3 Do polévky vsypte zbylý parmazán a vařte ještě 10 minut. Pak ji rozmixujte a přeceďte přes jemný cedník, osolte a opepřete.

4 Do talířů rozdělte křupavou slaninu, nadrobno nakrájenou oloupanou šalotku a pažitku a zalijte polévkou. Podávejte s krutony – zvlášť hezky vypadají tenké plátky nasucho opečené bagety s tenkým plátkem parmazánu.

VAŘTE Z KVALITNÍCH POTRAVIN A VYHRAJTE NA ROK 3× ŠKODA KAROQ!

Dlouhé podzimní sychravé počasí vybízí k tomu, připravovat si zahřívací jídla z těch nejkvalitnějších surovin. Jak je ale poznat? Sledujte obaly a etikety. Dozvíte se z nich název, informace o výrobci, složení, trvanlivost nebo zemi původu, ale najdete na nich také loga kvality, jako jsou například Klasa, Regionální potravina, BIO. A právě díky nim máte možnost zapojit se do velké spotřebitelské soutěže „Stříhejte kolem dokola“, kde vás čeká, kromě velkého množství zajímavých cen, také možnost vyhrát roční zapůjčení jednoho ze tří osobních automobilů Škoda Karoq. Soutěžit můžete až do 7. ledna 2024.

JAK SE ZÚČASTNIT SOUTĚŽE KROK ZA KROKEM

1) Zaměřte se na výrobky, které mají na obalu některou ze soutěžních značek kvality.

2) Tyto značky následně vystřihněte a nalepte na herní kartu (získáte ji na **akademiekvality.cz** nebo ve vybraných prodejnách obchodních řetězců).

3) Až bude karta zaplněna 40 logy, na obálku napište „SOUTĚŽ“ a odešlete ji poštou na adresu organizátora.

ZÍSKEJTE AUTO NA ROK NEBO POMOCNÍKY DO KUCHYNĚ

I letos se můžete těšit na rozmanité výhry. Hlavními cenami jsou tři osobní automobily **ŠKODA KAROQ** k ročnímu zapůjčení. Těšit se můžete také na domácí kuchyňské pomocníky, poukázky na nákup kvalitních potravin a další drobné výhry.

Pojďme si uvařit jídlo, které vás pořádně zahřeje během sychravých dní.

SILNÝ KUŘECÍ VÝVAR S DRŮBEŽÍMI KNEDLÍČKY S LIBEČKEM

RECEPT:
Počet porcí: 4
Doba přípravy: 180 min.
Náročnost: *
Ingredience:
2 kg kuřecích skeletů
600 g kořenové zeleniny (mrkev, celer, petržel)
2 cibule
1 pórek
4 stroužky česneku
200 g kuřecích jater
1 vejce
50 g hladké mouky
50 g strouhanky
libeček, sůl, pepř, listová petržel, majoránka, divoké koření

POSTUP:
VÝVAR

1. Očistěte kořenovou zeleninu a spolu s cibulí a omytými skelety pečte v troubě na 180 °C po dobu přibližně 30 minut dozlatova.

2. Poté přendejte zeleninu a skelety do hrnce, zalijte vodou, přidejte pórek, 2 stroužky česneku, divoké koření, listovou petržel, sůl a vše vařte na mírném plameni alespoň po dobu 180 minut.

3. Během vaření nezapomínejte sbírat vzniklou pěnu. Hotový vývar přeceďte a dochuťte.

KNEDLÍČKY

1. Očištěná kuřecí játra rozmixujte spolu se zbylým česnekem a cibulí.

2. Do směsi přidejte sůl, pepř, majoránku, nasekaný libeček a dle potřeby hladkou mouku a strouhanku.

3. Vytvarujte malé knedlíčky a uvařte je v osolené vodě.

TIP: Pokud vám zbyl silný kuřecí vývar, zamrazte jej do dávkovačů na led v podobě kostek. Tak jej budete moci kdykoliv využít jako základ do omáček.

Vše o soutěži včetně herní karty naleznete na **akademiekvality.cz**

Příběhy u stolu

OCHUTNEJTE HISTORII

PŘEMÝŠLELI JSTE NĚKDY O TOM, JAK VZNIKLY POKRMY, KTERÉ BĚŽNĚ JÍME? PAVLA JANEČKOVÁ HÁJKOVÁ PO PŮVODU SLAVNOSTNÍCH I TRADIČNÍCH ČESKÝCH JÍDEL ZAPÁTRALA V ARCHIVU A ZE STARÝCH KUCHAŘEK VYBRALA ZAJÍMAVÉ RECEPTY NA DŮVĚRNĚ ZNÁMÉ I ZAPOMENUTÉ DOBROTY. A MY JSME Z NICH VYBRALI LAHŮDKY, KTERÉ SE PERFEKTNĚ HODÍ NA SVÁTEČNÍ TABULI. SVÉ HOSTY MŮŽETE NAVÍC OHROMIT I JEJICH PŘÍBĚHY.

OŘECHOVÁ POLÉVKA SE ZTRACENÝM VEJCEM

Přidáním vody vznikla z ořechové kaše polévka už ve středověku, Marie Svobodová ji za první republiky vařila z masového vývaru a Pavla Janečková do ní přidala víno a středověké koření, čímž vytvořila velmi lahodný krém s jemnou oříškovou chutí. Dnes by se řeklo fusion kuchyně přes čtyři staletí.

3–4 PORCE

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

- 40 jader vlašských ořechů
- 1 l vody
- 300 ml hovězího vývaru
- 3–5 lžic suchého bílého vína (třeba ryzlinku)
- špetka mletého muškátového oříšku
- 2 hřebíčky
- 1cm kousek čerstvého zázvoru
- 2 lžíce octa
- 4 vejce
- sůl a čerstvě namletý pepř
- krutony a petrželka k podávání

1 Ořechy zalijte v hrnci vodou, vývarem a vínem. Osolte, přidejte koření a oloupaný zázvor a pozvolna vařte pod pokličkou, až ořechy změknou. Podle jejich stáří to trvá 30 až 45 minut.

2 Mezitím připravte ztracená vejce. V malém rendlíku uvařte vodu s octem. Ztlumte teplotu a po obvodu vytvořte vír. Vejce rozklepněte na lžíci a vložte ho doprostřed víru. Vařte 3 až 4 minuty, až bílek zpevní. Vejce opatrně vylovte lžící a položte ho do misky s teplou vodou, kde počká, než stejným způsobem uvaříte zbylá vejce.

3 Polévku rozmixujte tyčovým mixérem, můžete ji i propasírovat. Podle chuti osolte a opepřete. Podávejte ji se ztraceným vejcem a krutonky a lístky petrželky.

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A KRISTINA ZÁBRODSKÁ

TĚSTOVINOVÝ ZÁVIN ZE SUŠENÝCH HUB

Záviny všeho druhu vždy zkrášlí stůl – svým tvarem, chutí i očekáváním, co se skrývá uvnitř. V tomto případě jsou to houby, protože recept pochází z Myslivecké kuchyně staročeské od Růženy Záborské, která zpracovává všechny suroviny z lesa. Doplnit je tak můžete i dušeným kančím masem nebo trhaným jelením masem, pak vynechte parmazán. Tento závin z nudlového těsta se nepeče, ale vaří, což jen umocňuje jeho výjimečnost.

1 ZÁVIN / 4–5 PORCÍ

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT

TĚSTO
- 400 g semolinové mouky
- 4 vejce
- 1 lžíce olivového oleje
- ½ lžičky soli
- 2–3 lžíce vody

NÁPLŇ
- 3 hrsti sušených hub
- 100 ml vody
- 50 g másla (může být i přepuštěné)
- 80 g hrubé strouhanky
- pár snítek tymiánu + pár lístků k podávání
- 60 g parmazánu • 2 vejce • 2 cibule
- sůl a čerstvě namletý pepř
- rozpuštěné máslo k podávání

1 Do mísy prosejte mouku, vytvořte uprostřed důlek a rozklepněte do něj vejce. Vidličkou je promíchejte s moukou. Přidejte sůl a olivový olej. Mouku z okrajů postupně zapracovávejte do vlhčí části uprostřed. Jakmile se začne tvořit těsto, pracujte již jen rukama. Pokud bude těsto příliš suché a nepůjde z něj vytvořit soudržná pevná hmota, přidejte po jedné lžíci vodu. Těsto hněťte, až bude hladké, pružné a lesklé. V robotu použijte nástavec hnětací hák.

2 Těsto zabalte do potravinářské fólie a nechte 20 minut odpočívat při pokojové teplotě. Mezitím povařte houby v osolené vodě 15 minut doměkka. Ve velkém hrnci dejte vařit alespoň 4 l osolené vody.

3 V pánvi rozehřejte polovinu másla a opečte na něm strouhanku dozlatova. Uvařené houby slijte, vymačkejte z nich přebytečnou tekutinu a rozkrájejte je nadrobno. Promíchejte je se strouhankou, solí, pepřem, lístky tymiánu, najemno nastrouhaným parmazánem a vejci.

4 Těsto rozválejte na silikonové podložce na tenký plát. Naplňte ho houbovou směsí a stočte jako štrúdl. Přesuňte ho do středu čisté utěrky nebo gázy. Pevně oviňte, na konci zajistěte plastovými svorkami nebo zavažte uzly a vařte 15 minut ve vroucí osolené vodě.

5 Mezitím oloupejte cibuli a nakrájejte ji nadrobno. Opečte ji dozlatova na zbylém másle.

6 Uvařený závin opatrně vyjměte z vody, rozbalte ho a nakrájejte na plátky. Podávejte ho zakápnutý rozpuštěným máslem, posypaný cibulkou a tymiánem.

prima tip

Semolinová mouka se vyrábí z tvrdozrnné pšenice. Používá se při přípravě těstovin. Koupíte ji pod označením semola v italských obchodech nebo třeba na Košíku.

prima tip

Telecí šiška s citronovou omáčkou chutná výborně samotná, ale pokud by vám chyběla příloha, dobře ji doplní vařené brambory, jemná bramborová kaše nebo šťouchané brambory s máslem a bylinkami, kterými posypete i šišku.

TELECÍ ŠIŠKA S CITRONOVÝM PŘELIVEM

Šiška je staročeský výraz pro dnešní sekanou. Připravovala se z masa, ale také z ryb či raků. A pokud byla pojmenována šiška z bílého chleba, jednalo se o dnešní knedlík. Toto slovo však důsledně odmítal Jan Hus jakožto německou zkomoleninu. A tak můžete upéct telecí sekanou s citronovou omáčkou nebo ji nazvat honosnějším jménem. Chutnat bude pořád výtečně.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 1½ HODINY

ŠIŠKA

- 2 (starší) rohlíky • 200 ml smetany na vaření (12%)
- 130 g slaniny • 500 g mletého telecího masa
- 2 vejce • ½ lžičky mletého sušeného zázvoru
- ½ lžičky mletého muškátového oříšku • ¾ lžičky soli
- cca 100 ml suchého bílého vína • 1 hrst meduňky, libečku nebo hladkolisté petržele k podávání

OMÁČKA

- 100 ml suchého bílého vína
- 1 chemicky neošetřený citron • 40 g másla

1 Troubu předehřejte na 180 °C. Rohlíky nakrájejte na kostičky o velikosti 1 cm a v míse je zalijte smetanou, aby navlhly. Slaninu nakrájejte na kostičky.

2 Maso prohněťte s vejci, slaninou, kořením a solí. Z namočených rohlíků vymačkejte přebytečnou tekutinu, přidejte je k masu a důkladně promíchejte. Namočte si ruce ve studené vodě a z masa vytvarujte šišku. Uhlaďte její povrch a položte ji do menšího pekáčku. Přelijte ji vínem tak, aby dosahovalo zhruba do výšky 2 cm. Pečte v předehřáté troubě zhruba 1 hodinu.

3 Během pečení maso alespoň dvakrát přelijte výpekem. Po upečení šišky slijte výpek do kastrůlku a pekáček s masem vraťte zpět do trouby, aby nevychladlo.

4 Do kastrůlku s výpekem přilijte víno a svařte ho na polovinu. Přidejte šťávu z poloviny citronu a máslo, promíchejte, vypněte plotýnku a nechte máslo rozehřát. Občas promíchejte.

5 Zbylou polovinu citronu nakrájejte na plátky, ty rozkrojte na čtvrtky a vmíchejte je k omáčce. Telecí šišku přelijte omáčkou, ozdobte nasekanými bylinkami a servírujte.

JAHELNÍK – HOUBOVÝ A ŠVESTKOVÝ

Jáhlový koláč se na štědrovečerní stůl dostal jako zástupce všedního jídla. Jahelná kaše se vařila z loupaného prosa v mléce a slavnostní ráz získala zapečením v peci, buď nasladko se sušeným ovocem, nebo naslano s houbami. Chcete jahelník podávat místo kuby k obědu, jako předkrm, nebo naopak dezert? Dle toho zvolte příchuť.

4–6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: 1½ HODINY

JÁHLOVÝ ZÁKLAD
- 250 g jahel • 3 špetky soli
- 1 l mandlového nebo kravského mléka
- 3 vejce • 40 g másla • máslo na vymazání formy

HOUBOVÝ JAHELNÍK
- 3 hrsti čerstvých nebo 2 hrsti sušených hřibů
- 2 lžíce másla • ¼ lžičky mletého hřebíčku
- ¼ lžičky mletého muškátového oříšku
- ½ lžičky čerstvého nastrouhaného nebo sušeného mletého zázvoru

ŠVESTKOVÝ JAHELNÍK
- 250 g sušených nebo 750 g čerstvých švestek
- 4 lžíce kvalitního rumu dle chuti
- 4–6 lžic třtinového cukru nebo oblíbeného sirupu
- 1 chemicky neošetřený citron
- 100 g plátků mandlí
- 30 g mletého máku

1 Pokud připravujete švestkový jahelník, namočte sušené švestky den předem do rumu.

2 Jáhly vsypte do jemného sítka a prolijte je několikrát horkou vodou, aby nebyly hořké. Pak je přesypte do menšího hrnce, osolte, zalijte mlékem a pozvolna vařte za stálého míchání zhruba 20 minut, až jáhly změknou a kaše zhoustne. Nechte ji trochu zchladnout.

3 Pokud připravujete houbový jahelník, pokrájejte čerstvé houby na plátky, sušené spařte vroucí vodou a nechte je nabobtnat. Pak je slijte. Houby opečte na másle doměkka, trvá to zhruba 10 minut. Na švestkový jahelník vypeckujte čerstvé švestky a pokrájejte je nahrubo. Troubu předehřejte na 180 °C.

4 Z bílků vyšlehejte se špetkou soli tuhý sníh. Žloutky prošlehejte vidličkou zvlášť v misce.

5 Do houbového jahelníku vmíchejte do jáhlové kaše trochu soli, koření, žloutky a tuhý sníh. Do švestkového jahelníku zamíchejte cukr nebo sirup, citronovou šťávu a jemně nastrouhanou kůru, třetinu mandlových lupínků, mák, žloutky a vyšlehaný sníh.

6 Máslo rozehřejte. Zapékací formu vymažte máslem. Rozetřete do ní polovinu jahelné kaše, obložte ji švestkami nebo houbami a zakryjte zbylou kaší. Uhlaďte povrch, pokropte ho rozpuštěným máslem a švestkový jahelník posypte zbylými plátky mandlí. Pečte v předehřáté troubě zhruba 30 minut dozlatova.

MEDOVÝ PERNÍK S POVIDLY

První dochovaná zpráva o věhlasném českém perníku pochází z roku 1335, kdy se v rozmanitých tvarech nabízel na svátečních trzích v Turnově. Těsto se nechávalo odležet několik týdnů i měsíců a vtlačovalo se do forem. Až v 19. století tvrdý umělecký perník vytlačily měkké cukrářské perníčky. Perník promazaný povidly poslouží jako lahodná svačina i slavnostní zimní dezert.

ASI 20 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT
+ ODLEŽENÍ 2 HODINY

- 2 kuličky pepře
- 5 semínek koriandru
- ½ lžičky mletého sušeného zázvoru
- 5 hřebíčků
- 1 lžíce mleté skořice
- 180 g medu
- 70 g másla nebo 50 g sádla
- 300 g hladké žitné mouky
- 150 g polohrubé pšeničné mouky
- 80 g mletých mandlí
- 100 g třtinového cukru
- nastrouhaná kůra z 1 chemicky neošetřeného citronu
- špetka soli
- 2 žloutky
- 1 lžička kypřicího prášku
- 1 lžička jedlé sody
- 3 lžíce vína Madeira
- 4 lžíce vody
- zhruba 200 g švestkových povidel
- 1 vejce

1 Koření roztlučte v hmoždíři. Med rozehřejte ve vodní lázni a nechte ho trochu zchladnout. Tuk rozehřejte.

2 Med promíchejte s oběma moukami, mandlemi, tukem, cukrem, citronovou kůrou, špetkou soli a kořením. Pokud už těsto není horké, vmíchejte do něj žloutky, kypřicí prášek a sodu, jinak nechte těsto trochu zchladnout. Na závěr přidávejte po částech madeiru a vodu tak, abyste těsto příliš nenaředili. Ručně nebo v robotu s nástavcem hnětací hák vypracujte měkké těsto. Zabalte ho do potravinářské fólie a uložte alespoň na 2 hodiny do lednice.

3 Odleželé těsto nechte trochu změknout, po částech ho vyválejte na nepřilnavém povrchu na podlouhlé pláty a skládejte je na plechy vyložené pečicím papírem. Střed těsta potřete povidly a okraje plátů přehněte k sobě, aby uprostřed zůstal rovný pruh povidel.

4 Troubu předehřejte na 180 °C. Vejce prošlehejte vidličkou dohladka a pomašlujte jím těsto. Pečte v předehřáté troubě zhruba 12 minut dozlatova. Vytáhněte a nechte zchladnout.

5 Zchladlý perník nakrájejte na obdélníky o libovolné velikosti.

prima tip

Část těsta můžete upéct bez povidel a nastrouhané ho používat k zahušťování náplní či ovocných omáček nebo jako posypku na knedlíky, šišky nebo koláče. Z těsta můžete vykrájet i vánoční perníčky, které ocení zejména děti, protože nepotřebují vůbec odležet.

ŠNECI SE SARDELOVOU NÁDIVKOU

Středomořské vykopávky přivedly některé archeology k teorii, že šneci patřili mezi první chovaná zvířata na maso. Ve středověku chovali hlemýždě mniši v klášterech. Církev je zařadila mezi postní jídla, lidé všech vrstev je tak hojně jedli a zpravidla i sami sbírali ve volné přírodě. Nadívané šneky sardelkami uvádí ve své kuchařce Magdalena Dobromila Rettigová, a není se čemu divit, že vánočním stolům dominují už dvě stě let.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 45 MINUT + PŘÍPRAVA ŠNEKŮ 4 HODINY

- 24 šneků
- 500 ml hovězího vývaru
- 100 ml suchého bílého vína
- 2 bobkové listy
- 7 ančoviček (sardelek)
- 100 g změklého másla
- 2 stroužky česneku
- 1 malá šalotka
- nastrouhaná kůra z 1 chemicky neošetřeného citronu
- ¼ lžičky mletého muškátového květu
- 1 lžička sušené majoránky
- 1 hrst čerstvé majoránky
- 4 lžíce domácí strouhanky
- sůl
- čerstvé pečivo k podávání dle chuti

1 Šneky očistěte, opláchněte a povařte 10 minut v osolené vodě. Uvařené šneky slijte do cedníku, zchlaďte studenou vodou a pomocí jehlice je vyndejte z ulit. Odřízněte hlavičky a černé části na hřbetu, které vypadají jako ocásky. Nohy hlemýžďů zasypejte solí, promněte a poté opláchněte pod tekoucí vodou. Postup opakujte, dokud maso nepustí veškerý sliz.

2 Nožičky zalijte vývarem s vínem, přidejte bobkový list a vařte přibližně 3 hodiny doměkka. Mezitím vyvařte 20 minut ulity ve vodě. Důkladně je vyčistěte kartáčkem zevnitř i zvenku a znovu povařte ve vodě. Řádně vyvařené ulity nechte zchladnout a vysušit.

3 Ančovičky rozmačkejte vidličkou a utřete je s máslem. Česnek oloupejte a prolisujte nebo utřete se solí. Šalotku oloupejte a nakrájejte ji nadrobno. Přidejte k ančovičkám s citronovou kůrou, muškátovým květem, sušenou i čerstvou majoránkou a strouhankou. Důkladně promíchejte.

4 Do každé ulity vlijte kávovou lžičku vývaru ze šneků, vložte kousek nádivky, na ni umístěte jednu nohu šneka, zakryjte nádivkou a položte ulitu otvorem nahoru do zapékací mísy. Stejným způsobem naplňte všechny ulity.

5 Troubu předehřejte na 200 °C. Ulity podlijte šnečím vývarem a pečte v předehřáté troubě přibližně 10 minut. Podávejte samotné nebo s čerstvým pečivem.

prima tip

Šneky si můžete nasbírat v přírodě, ideálně po dešti ke konci jara. Umístěte je do dřevěné bedničky, zakryjte prodyšným víkem nebo pletivem a nechte je 4–5 dní čistit (hladovět). Jakmile šneci přejdou do spánkového režimu, což poznáte tak, že se zavíčkují a přestanou se hýbat, můžete je tepelně upravit.

VINTAGE KITCHEN

Pavla Janečková Hájková

Na gastronomické toulky minulostí se vydala Pavla Janečková Hájková původně za nápoji, ale objevila tak úžasné recepty, že se rozhodla, že si je nenechá pro sebe, vyzkouší je, upraví pro dnešní chutě a suroviny, nafotí a napíše jejich historii tak, aby naši lahodnou minulost mohl okusit kterýkoliv gurmán. Zajímavé recepty přitahují pozornost stejně jako poutavé texty a nádherné fotografie, takže vybrat si to, co uvaříte, je velmi těžké. Ale možná je to úplně jedno, protože výborné je všechno. Deset kapitol představuje kaše, polévky, maso, ryby, houby, luštěniny, zeleninu, ovoce, pečivo a moučníky. Lokální suroviny jsou pak příjemným bonusem.

Vydalo nakladatelství CPpress.

CELER PO FRANCOUZSKU

Ve středoevropském prostoru se celer objevil v 17. století jako lék na hladomor po třicetileté válce, v české kuchyni však zdomácněl až v 19. století. Tehdy jeho název opich nahradil německý výraz celer. Mimo polévky a omáčky se však podíval až ve 20. století, kdy jej kuchařky začaly vařit, péct, smažit, nadívat i nakládat. V této verzi doplňuje křehké kousky celeru jemný vinný bešamel.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 60 MINUT

- 1 větší bulva celeru
- 50 g slaniny
- 2 lžíce másla (lze i přepuštěné)
- 2 lžíce hladké špaldové nebo ječné mouky
- 200 ml vývaru (zeleninového či hovězího)
- 150 ml suchého bílého vína
- 1 chemicky neošetřený citron
- 100 g parmazánu
- listy celeru nebo petržele
- sůl a čerstvě namletý bílý pepř

1 Celer očistěte a nakrájejte na kostky o velikosti 1 cm. Vložte je do širokého kastrolu, zalijte je vroucí vodou a nechte je 10 minut stát. Poté je sceďte a nechte v cedníku okapat přebytečnou vodu.

2 Slaninu nakrájejte na kostičky. Vsypte ji do hlubší pánve a opékejte ji na středním stupni, až pustí tuk. Přidejte okapaný celer a restujte společně 5 minut.

3 V rendlíku rozehřejte máslo a za stálého míchání přidávejte mouku. Vypražte ji na světlou jíšku. Zalijte ji studeným vývarem a vínem a za občasného míchání povařte na středním stupni do zhoustnutí.

4 Vinný bešamel vlijte na celer, dochuťte solí, pepřem, citronovou šťávou, jemně nastrouhanou citronovou kůrou a povařte do zhoustnutí. Podávejte s nastrouhaným parmazánem a listy celeru nebo petržele.

APPLETON ESTATE®
JAMAICA RUM
1749
APPLETON ESTATE
CRAFTED AND AGED IN THE HEART OF JAMAICA
AGED A MINIMUM
12
OF 12 YEARS
RARE CASKS
ESTABLISHED 1749 NASSAU VALLEY
SINGLE ESTATE
JAMAICA RUM
Joy Spence
MASTER BLENDER
www.warehouse1.cz
Jamajské rumy Appleton Estate se vyznačují nezaměnitelným charakterem, který je ovlivněn vápencovou půdou, pramenitou vodou a jedinečnými klimatickými podmínkami údolí, kde se rodí. Za jejich výjimečnou chutí stojí master blenderka Joy Spence, první dáma světa rumu a legenda ve svém oboru. Popularita jamajských rumů v posledních letech roste. Příčinou je nejen touha poznávat různé rumové styly, ale i jedinečný chuťový zážitek, který rumy Appleton Estate jednoznačně odlišuje. Rumy Appleton Estate jsou k dostání v prodejně Warehouse #1 v pražském Karlíně nebo na www.warehouse1.cz
pijsrozumem.cz

Šarmantní profík

Čerstvé

Gurmánské Brno

Gastronomický průvodce Gourmet Brno 2023 představuje ty nejlepší podniky, kde se v jihomoravské metropoli skvěle najíte a napijete. Místa navrhují nejprve milovníci Brna a sami Brňané a následně nominované podniky ohodnotí profesionálové se zkušenostmi od nás i ze zahraničí. Rozdělen je do sedmi kategorií – Restaurace a bistra, Cukrárny, Kavárny, Pivnice, Vinárny, Bary a S sebou. Letos zahrnuje 61 podniků. Vyzvednete si ho zdarma v infocentrech TIC BRNO nebo online. **www.gourmetbrno.cz**

Elegantní design, XXL velikost, klenutý vnitřní prostor po vzoru kamenné pece a 22 automatických programů dělá z nové trouby Gorenje BPSAX6747A08B-GWI OptiBake klenot každé kuchyně. Stačí vybrat typ jídla a hmotnost a trouba pokrm sama připraví. Díky rozmezí teplot 30–300 °C v ní rozmrazíte maso i upečete křupavou pizzu, program pečení s párou zajistí vláčnost, horkovzdušné fritování smažení bez tuku, dokonalé steaky vykouzlí zabudovaná sonda a díky wifi můžete troubu ovládat i na dálku. A to není zdaleka vše. **19 999 Kč, cz.gorenje.com**

Italská ikona

Prémiovou italskou kávu Caffè Vergnano si snadno připravíte kdekoliv na kapslovém kávovaru Nespresso. Směs Cremoso Nespresso® vyniká plnou a voňavou chutí připomínající tropické ovoce s jemně hořkým nádechem čokolády. Pečlivě vybraná zrna arabiky ze Střední a Jižní Ameriky doplňuje malé množství africké robusty. **Doporučená cena 119,90 Kč**

Sbaleno na hory

Rozpustnou kávu Jacobs Velvet Crema si nyní můžete vzít s sebou kamkoliv nebo si ji přesypat do své oblíbené dózy. Praktický sáček lze znovu uzavřít, a tak z kávy nevyprchá aroma. Vychutnejte si její výraznou chuť s oříškovými tóny na horách, na chalupě nebo na výletě. Stačí ji jen zalít vodou. Z jednoho balení připravíte 108 šálků. **180 g za 139,90 Kč, www.kavajacobs.cz**

Jeďte s AAA AUTO na zelenou!

Díky AAA AUTO se stávají i ojeté elektromobily čím dál dostupnější široké veřejnosti. V nabídce jich mají až 100, takže si určitě vyberete ten vhodný. Každý z nich prověřují a už při výkupu kontrolují baterie nezávislou diagnostikou. Naměřené hodnoty pak ukazují klientům na webových stránkách. U každého auta mají uvedené zdraví baterie nebo dojezdy konkrétního auta v reálném světě při různých cestovních podmínkách, které zohledňují i stárnutí baterie. Nabídka je opravdu široká od malého Volkswagenu e-up! a Škody Citigo-e přes BMW i3 až po velmi oblíbené vozy značky Tesla. Pořiďte si elektro vůz s garancí zdraví baterie. **www.aaaauto.cz/eco-vozy.**

zprávy

Hranolky pro všechny

Filmové večery, dětské párty, burgery a steaky, to vše si žádá hranolky. Smažené, křupavé, horké a v dostatečném množství pro všechny. Nová fritéza Tefal Dual Easy Fry & Grill to zvládne i s další přílohou. Inovativní horkovzdušná technologie se postará o zdravější přípravu, integrovaná grilovací funkce rozšiřuje pole působnosti a dvě velké nádoby (o objemu 5,2 l a 3,1 l) umožní vařit, péct či smažit dva pokrmy současně. Zároveň můžete použít jen jednu. Osm přednastavených programů vám poskytne čas a volné ruce na jiné činnosti. Oproti pečení v troubě spotřebuje o 70 % méně energie, o 40 % méně času a díky technologii Extra-Crisp nemusíte použít ani lžíci tuku. A navíc můžou nádoby i mřížky do myčky.
5 499 Kč, www.tefal.cz

Tekuté ovoce

Řada ovocných lihovin Jubilejná přináší lahodnou a plnou chuť zralého ovoce. Díky přidané ovocné šťávě mile překvapí svou jemností. Jubilejnou oceníte především k popíjení po panácích, ale osvědčí se i jako součást koktejlů nebo horkých míchaných nápojů. Třeba po návratu ze zimní procházky.
0,7 l za 229 Kč, www.nicolaus.cz

Sbohem skvrny

Savo gelové kapsle na praní díky extra síle tříkomorového složení účinně odstraňují odolné skvrny, zároveň zachovávají intenzitu barev a prádlo krásně provoní. Navíc myslíme i na přírodu, kartonový obal je bez obsahu plastu a plně recyklovatelný.
wiop.unilever.cz/brands/savo/

Delikátně ostrý

Gin tonic dobyl svět a myslíte si, že vás už nic nemůže překvapit? A už jste měli ROKU Pepper? Tento drink byl na podzimním pražském Ginfestu okamžitě vyprodaný. Spojuje v sobě vůni sakur a chuť zeleného čaje a citrusu yuzu japonského řemeslného ginu ROKU s delikátní štiplavostí červeného kampotského pepře z .pepper..field. Ten zvýrazňuje jednotlivé složky a zároveň je harmonicky zakulacuje a prodlužuje jejich chuť. Zastříkněte sodou a vychutnejte si parádní osvěžení. Nechcete-li si vařit pepřový sirup, použijte drcené kuličky.
0,7 l za 729 Kč, www.bartidashop.cz

PŘIPRAVILY KRISTINA ZÁBRODSKÁ A KLÁRA MICHALOVÁ • FOTO ARCHIV FIREM

„Jak voní očekávání? Jako Vánoce“

certifikovaná přírodní kosmetika

Značka dm

alverde
Snění
dámská Eau de Parfum
50 ml
279 Kč
55,80 Kč za 10 ml
▼DLOUHODOBÁ CENA
od 07.05.2020 279 Kč

s.Oliver
So Pure
pánská Eau de Toilette
30 ml
399 Kč
133 Kč za 10 ml
▼DLOUHODOBÁ CENA
od 01.03.2023 399 Kč

Moje dm-app
dm.cz

dm
ZDE JSEM ČLOVĚKEM
ZDE NAKUPUJI

Výjimečná kvalita

Nový projekt Crafted for Friends spojuje výrobce výtečných českých řemeslných potravin. Na první pohled tak poznáte výjimečně kvalitní produkty a třeba objevíte i nějaké nové. Ochutnejte zeleninové omáčky od Živiny, které vznikly ve spolupráci s restaurací Červený Jelen, kávu z pražírny Dos Mundos, giny inspirované elementy a jablečné pálenky a likéry z lihovaru Landcraft, pečivo od Zrna zrnka, uzeniny z rodinného řeznictví Čejka, kampotský pepř z .pepper..field, přírodní zmrzliny a nanuky Fresca Paleta a biomaso z The Real Meat Society. Další producenti budou časem přibývat, sledujte proto web. **www.craftedforfriends.cz**

To nejlepší z KRO

Nejmladší přírůstek KRO bister představuje tu nejžádanější nabídku na jednom místě. Až do 15 hodin tu servírují snídaně, od 11 hodin si můžete dát oběd, který volně přechází ve večeři a nechybí ani večerní menu s koktejly a naturální vína. Vše vlastní provenience, s masem i vegetariánské, moderní a chuťově vyladěné. Bistro pokrmy doplňuje domácí pečivo, takže vybrat si je opravdu těžké.
Moskevská 30, Praha 10, otevřeno mimo neděli, www.krokitchen.cz

Přírodní alternativa másla

Chcete-li pro vegany nebo lidi s intolerancí laktózy upéct vánoční cukroví, připravit pomazánku nebo sendvič, Rama nabízí 100% přírodní alternativu másla. Využijete ji všude tam, kde byste sáhli po másle, a můžete si užít sváteční chvíle u prostřeného stolu všichni společně.
250 g za 79,90 Kč,
ve všech obchodech

Voňavý úklid

Čisté přehledné prostředí uklidňuje duši a rozehrává fantazii. Zpříjemněte si úklid voňavými čisticími prostředky značky SIDOLUX. Univerzální prostředek vyčistí všechny omyvatelné povrchy, včetně podlah, na vinylové, lino a dlažbu použijte speciální mycí prostředek, okna vyleští prostředek na mytí oken s nano technologií, vodní kámen a mýdlové usazeniny odstraní prostředek na čištění koupelen a speciální prostředek na péči o nábytek zabrání usazování prachu, odstraňuje otisky a jiné nečistoty. Vybrat si můžete svěží vůni marseillského mýdla nebo uklidňující levanduli. **www.sidolux.cz**

Lahodný rituál

Dopřejte si během dne chvíle odpočinku s šálkem horkého čaje a plískanice za oknem, předvánoční stres nebo přemíra práce okamžitě odplynou. Věnujte pozornost jeho přípravě i vychutnávání. Nádherné zlato-bílé plechové krabičky limitované kolekce Celebration v sobě ukrývají unikátní čajové směsi, které vznikly výhradně pro český trh na oslavu 30 let Ahmad Tea u nás. Sypaná směs Celebration Blend kombinuje jemnost čajů Cejlon a Darjeeling, hřejivost Assamu a pomerančové květy, kazeta Celebration Selection obsahuje čtyři druhy čajů v sáčcích – English Tea s bergamotem, zelený čaj s mangem a liči, černý čaj s malinou a směs zázvoru, citronové trávy a kůry, ibišku a jablka.
100 g za 199 Kč,
4×10 sáčků za 279 Kč,
www.ahmadtea.cz

POZNEJTE TO NEJLEPŠÍ Z BRNĚNSKÉ GASTRO SCÉNY

Dobré jídlo a pití patří k Brnu jako funkcionalismus a Janáček. Kde se tady dobře najíte i napijete vám poradí nezávislé hodnocení brněnských gastronomických podniků. Průvodce Gourmet Brno je po sedmi letech své existence zavedenou značkou kvality. Ročník 2023 se vyhlašoval 20. října a představuje ta nejlepší místa letošního roku. Jeho grafický design stejně jako v předchozích letech připravili fotograf KIVA a grafická designérka Barbara Zemčík. Průvodce je tak nejen plný informací, ale zároveň má svébytný vzhled.

Brněnská gastronomie vás uhrane svou pestrostí. Abyste se v ní neztratili, TIC BRNO (Turistické informační centrum města Brna) od roku 2016 každoročně vydává **průvodce Gourmet Brno** s těmi nejlepšími podniky, kde se skvěle najíte a napijete. Zároveň tento nezávislý zážitkový bedekr hodnotí i kvalitu služeb a komplexní úroveň všech podniků. Gastronomická scéna v Brně není o konkurenci, ale o spolupráci – komunitně zde vznikají nové a originální podniky a spolupráce. Proto pro tohoto průvodce nejdřív dají tipy na svá oblíbená místa milovníci Brna a sami Brňané. Následně jsou podniky, které jsou nominovány vícekrát, zařazeny do finálního hodnocení nezávislou porotou. Profesionálové i influenceři se zkušenostmi od nás i ze zahraničí nominované podniky poté ohodnotí v šesti kategoriích – **Restaurace a bistra, Cukrárny, Kavárny, Pivnice, Bary, Vinárny.** Sedmá kategorie **S sebou** je pro svou různorodost bez hodnocení.
Průvodce roku 2023 představuje celkem **61 podniků**! Všechny najdete na webových stránkách gourmetbrno.cz, nebo si zajděte pro svou vlastní brožuru s originálními fotografiemi brněnského fotografa KIVY v designu grafičky Barbary Zemčík do infocenter TIC BRNO. Výlet do Brna si můžete prodloužit a vyjet ochutnat, co nabízí jižní Morava. S jejich průvodcem, mladším bráchou toho brněnského, Gourmet Jižní Morava nešlápnete vedle.

Vánoční gurmánské trhy

Brno, to je moře originálních kulinářských konceptů, přátelské atmosféry a taky zahrádek, z nichž mnohé zůstávají i přes zimu a přelévají se do vánočních

trhů. Gastronomické zážitky jsou neoddělitelnou součástí Brněnských Vánoc a letos si na nich vaše chuťové pohárky užijí ještě více. Absolutní novinkou pro mlsné jazýčky je totiž samostatná gurmánská zóna **Gourmet Vánoce** na nádvoří Staré radnice. Jak název napovídá, zapojily se do ní podniky z projektu Gourmet Brno a v romantickém zákoutí pod věží Staré radnice si tak budete moci vychutnat to nejzajímavější z brněnské gastronomie. Už se vám sbíhají sliny? Zamilujte se s TIC BRNO do Brna, kde ochutnáte celý svět.

Něžné políbení

VÁNOČNÍ CUKROVÍ

TU PRAVOU VÁNOČNÍ ATMOSFÉRU UTVÁŘEJÍ ADVENTNÍ RITUÁLY, TĚŠENÍ SE NA ŠTĚDRÝ VEČER A PEČENÍ CUKROVÍ. JAKMILE ZACHRASTÍ KRABICE S FORMIČKAMI, ZAČÍNAJÍ VÁNOCE. Z TROUBY SE LINE VŮNĚ VANILKY, KOŘENÍ, MÁSLA A CUKRU A MÍSÍ SE S VŮNÍ SVÍČEK A JEHLIČÍ. TRADICE, KTERÁ SE NEMĚNÍ UŽ STOVKY LET. LETOS JSME PRO VÁS VYBRALI PRVOREPUBLIKOVÉ CUKROVÍ, KTERÉ CUKRÁŘKA IVETA FABEŠOVÁ VYBROUSILA DO SOUČASNÉ PODOBY, ČÍMŽ VYNIKLA JEHO SVĚTOVÁ VÝJIMEČNOST.

OŘECHY V KÁVĚ

Spojení ořechů a kávy je pro první republiku stejně typické jako cukrkandl, turecký med a horké kaštany na tehdejších adventních trzích. V tomto případě je povýšeno o úroveň výš kombinací vlašských ořechů v těstě a lískových ořechů v náplni, které křupou v každém soustě.

30 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 45 MINUT

TĚSTO
- 260 g mletých vlašských ořechů
- 160 g moučkového cukru + na posypání
- 1 lžíce meruňkové zavařeniny
- 1 lžíce uvařené silné kávy
- 30 lískových ořechů (zhruba 50 g)
- 30 g lískových ořechů na ozdobu

POLEVA
- 200 g moučkového cukru
- 2 lžíce studené uvařené silné kávy

1 Tác posypte zlehka moučkovým cukrem. V míse promíchejte strouhané ořechy, cukr, zavařeninu a kávu a vypracujte tuhé těsto. Lžící z něj odkrajujte stejně velké kousky, mělo bych jich vzniknout 30.

2 Do každého kousku těsta zabalte jeden lískový ořech. Vytvarujte kuličky a skládejte je s rozestupy na pocukrovaný tác. Nechte je zaschnout.

3 Mezitím připravte polevu. Cukr prosejte do misky, vlijte do něj studenou kávu a třete dohladka. Ořechy na ozdobu nasekejte na větší kousky.

4 Zaschlé ořechy potřete polevou a ozdobte kouskem lískového ořechu. Kuličky nechte chvilku zaschnout a vložte je do papírových košíčků.

prima tip

Mleté ořechy rychleji žluknou, skladujte je proto v lednici. Ideální je ořechy vyloupat, nechat je den proschnout a pak namlít v mlýnku na strouhanku nebo v robotu. V robotu nebo v sekáčku můžete volit i hrubost mletí. Čím jsou ořechy namleté víc najemno, tím budou v těstě pouštět víc tuku, a těsto tak bude kompaktnější.

OŘECHY PLNĚNÉ KRÉMEM

Nestárnoucí hit, který lze variovat výběrem ořechů či přidáním kakaa. Tyhle plněné ořechy jsou navíc vynikající v tom, že jsou ihned měkké a nepotřebují rozležet. Máslový krém můžete dochutit rozpuštěnou čokoládou, jen pozor, ať mají všechny suroviny stejnou teplotu, aby se krém nesrazil.

35 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 1¼ HODINY
+ CHLAZENÍ 2 HODINY

TĚSTO
- 90 g hladké mouky
- 45 g moučkového cukru
- 40 g mletých ořechů (vlašské, lískové)
- 10 g kakaa holandského typu
- 70 g másla

KRÉM
- 180 g bílků (asi 6 bílků)
- 90 g krupicového cukru
- 380 g změklého másla

1 Mouku a cukr prosejte do mísy. Přisypte ořechy a kakao, promíchejte lžící a rozkrájejte navrch máslo. Znovu promíchejte, aby se kousky másla obalily moučnou směsí, a pak rychle uhněťte těsto. Zabalte ho do potravinářské fólie a uložte do lednice na 2 hodiny nebo klidně přes noc.

2 Z odpočinutého těsta odkrajujte lžičkou kousky, tvarujte z nich kuličky a vtlačte je do formiček na ořechy. Plňte je zhruba z poloviny nebo ze dvou třetin. Uprostřed vytvořte důlek (nejlépe to jde prstem), aby vznikl prostor pro krémovou náplň.

3 Troubu předehřejte na 160 °C. Formičky s těstem vyskládejte vedle sebe na plech a pečte je asi 12 minut, až těsto zpevní.

4 Upečené ořechy nechte pár vteřin chladnout a ještě horké je opatrně vyklepněte. Nechte je zchladnout.

5 Mezitím připravte krém ve vodní lázni. Do velké mísy dejte bílky a cukr a postavte ji na rendlík s vodou tak, aby se dno mísy nedotýkalo hladiny. Rendlík zahřívejte a zároveň šlehejte bílky s cukrem na sníh. Šlehejte, až teplota sněhu dosáhne 60 °C (změřte to cukrářským teploměrem) nebo až se cukr zcela rozpustí a směs bude teplá.

6 Teplou směs přesuňte do mísy robotu a pomocí balonové metly vyšlehejte na pevný sníh. Postupně do něj zašlehejte po částech změklé máslo. Vznikne nadýchaný máslový krém.

7 Krém dejte do cukrářského sáčku se zubatou špičkou a naplňte jím polovinu ořechů. Přiklopte je prázdnými ořechy a slepte.

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A KRISTINA ZÁBRODSKÁ

PŮLMĚSÍČKY SE ŽLOUTKOVOU POLEVOU

Oblíbený tvar líbezně vypadá a při vykrajování minimalizuje zbylé těsto. Půlměsíčky zdobí poleva ze syrových žloutků. Bezpečné jsou pasterizované tekuté žloutky, které koupíte v Makru nebo v obchodech pro cukráře. Cukroví skladujte v lednici.

40 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 1½ HODINY
+ ODLEŽENÍ 1 HODINA

TĚSTO
- 240 g hladké mouky
- 80 g polohrubé mouky
- 320 g mandlové mouky
- 200 g moučkového cukru
- špetka mleté skořice
- 60 g hořké čokolády (55–70 %)
- 220 g másla
- 1 vejce
- 2 žloutky
- zhruba 80 g džemu na slepení
- hladká mouka na podsypání

POLEVA
- 45 g másla
- 3 žloutky
- 60 g moučkového cukru

1 V míse promíchejte všechny mouky, cukr a skořici. Nastrouhejte najemno čokoládu a rozkrájejte navrch máslo. Promíchejte pomocí nože, aby se kousky tuku obalily moučnou směsí. Přilijte vejce a žloutky a vypracujte hladké těsto. Zabalte ho do potravinářské fólie a uložte na 1 hodinu do lednice.

2 Dva plechy vyložte pečicím papírem. Máslo na polevu rozehřejte a nechte zchladnout.

3 Odpočinuté těsto vyválejte na silikonové podložce nebo na lehce pomoučené ploše na plát silný 3 mm a vykrajujte z něj půlměsíčky. Troubu předehřejte na 160 °C.

4 Půlměsíčky pečte 20 minut. Mezitím připravte polevu. Vychladlé máslo třete vařečkou se žloutky a cukrem do husté polevy, trvá to zhruba 10 až 15 minut.

5 Upečené půlměsíčky nechte zchladnout. Potřete je buď polevou a ozdobte cukrářským zdobením, nebo slepte dva džemem a pak polevou potřete pouze vrchní měsíček.

prima tip

S touto nevšední polevou se velmi dobře pracuje, použít ji můžete i na jiné cukroví – linecké, oříškové dortíčky, perníčky nebo na plněné košíčky.

BETLÉMSKÉ HVĚZDIČKY

Kouzelné hvězdičky s vůní citronu a chutí lískových oříšků si zamilujete pro jejich křehkost. Pikantní rybízová zavařenina je trochu zvláční, máte-li raději křupavé cukroví, neslepujte je, ale jen potřete polevou a ozdobte.

40 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 1¼ HODINY

TĚSTO
- 260 g hladké mouky + na podsypání
- 100 g mletých neloupaných lískových oříšků
- 80 g moučkového cukru
- nastrouhaná kůra z 1 chemicky neošetřeného citronu
- dřeň z 1 vanilky
- 120 g másla
- 2 žloutky
- 100 g rybízové zavařeniny na slepení
- zlaté cukrové perličky na ozdobení

POLEVA
- 250 g moučkového cukru
- asi 2 lžíce citronové šťávy
- asi 2 lžíce vroucí vody

1 V míse promíchejte mouku, oříšky, cukr, citronovou kůru a vyškrábnutou dřeň z vanilky. Rozkrájejte navrch studené máslo, přidejte žloutky a vypracujte lehce, ale důkladně těsto. Dobře to jde ručně nebo v robotu s nástavcem plochá metla.

2 Dva plechy vyložte pečicím papírem. Těsto vyválejte na silikonové podložce nebo na pomoučené ploše na plát silný 3 mm a vykrájejte z něj hvězdičky. Skládejte je s rozestupy na připravený plech.

3 Troubu předehřejte na 160 °C. Hvězdičky pečte zhruba 15 minut dozlatova, pak je vytáhněte a nechte zchladnout.

4 Mezitím připravte polevu. Cukr prosejte do mísy, přilijte citronovou šťávu a třete vařečkou. Pozvolna přilévejte po částech vodu a stále třete, až vznikne hladká poleva. Trvá to zhruba 10 minut.

5 Vychladlé hvězdičky slepujte po dvou zavařeninou. Horní hvězdičku potřete polevou a ozdobte třeba zlatými cukrovými perličkami.

VŠE SVÁTEČNÍ

Marie Janků-Sandtnerová, Iveta Fabešová

Známá cukrářka Iveta Fabešová se rozhodla obnovit českou cukrářskou tradici a oprášila sto let staré recepty Marie Janků-Sandtnerové. Tato autorka Klasické české kuchařky a mnoha článků neúnavně propagovala domácí vaření z lokálních a sezonních surovin pro všechny rozpočty, zdravé stravování i tradiční recepty. A právě ty na cukroví Iveta Fabešová zmodernizovala a upravila na současné postupy a suroviny, abyste si prvorepublikové cukroví vychutnali v jeho celé kráse. V elegantní knize s minimalistickými fotkami se dozvíte i spoustu praktických tipů a nahlédnete do Werichovy vily, kde Iveta provozuje svoji kavárnu IF Café.

Vydalo nakladatelství XYZ.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ

VÁNOČNÍ POMERANČOVÝ KRÉM

Krémy a pěny korunovaly dříve hostinu i slavnostnější večeři. Jejich jemnost a nadýchaná konzistence kontrastuje s intenzivní chutí. Vybírejte co nejzralejší pomeranče a co nejkvalitnější rum.

6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: 1 HODINA + CHLAZENÍ 1 HODINA

KRÉM
- 2 chemicky neošetřené pomeranče
- 6 g želatiny
- 4 žloutky
- 100 g moučkového cukru
- 20 g citronové šťávy
- 10 g bílého rumu

OZDOBA
- 200 g smetany ke šlehání (min. 33%)
- 20 g moučkového cukru
- dřeň z ½ vanilky
- dílky pomeranče na ozdobu

1 Z pomeranče vymačkejte šťávu, vložte do ní želatinu a nechte ji nabobtnat. Trvá to zhruba 10 minut. Pak ji vložte na 20 vteřin do mikrovlnné trouby rozpustit. Pokud nemáte mikrovlnnou troubu, želatinu se šťávou krátce zahřejte na nízkém stupni, ale nevařte ji.

2 Žloutky a cukr vyšlehejte do husté pěny buď mixérem, nebo v robotu s nástavcem balonová metla.

3 Z poloviny pomeranče ostrouhejte najemno kůru. Do husté směsi zašlehejte citronovou šťávu, pomerančovou kůru a rum. Vmíchejte rozpuštěnou želatinu s pomerančovou šťávou.

4 Krém rozdělte do šesti skleniček a uložte ho na 1 hodinu do lednice vychladit.

5 Smetanu ušlehejte dopolotuha. Přidejte cukr a vyškrábnutou dřeň z vanilky a vyšlehejte tuhou šlehačku. Dejte ji do cukrářského sáčku s ozdobnou špičkou a nastříkejte šlehačku na vychlazený krém. Ozdobte dílky pomeranče a podávejte.

ČOKOLÁDOVÉ ROHLÍČKY

Sladké mandlové rohlíčky chuťově zvýrazňují kraje z hořké čokolády. Přímo se rozplývají na jazyku. Formičky se postarají o krásné stejné tvary. Nejlepší jsou kovové, z kterých rohlíček sám vypadne, ale nesmíte formičky mýt v myčce ani jarovou vodou. Stačí je opláchnout a vysušit papírovou utěrkou.

40 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 1¼ HODINY + ODLEŽENÍ 2 HODINY

TĚSTO
- 80 g změklého másla
- 30 g hořké čokolády (55–70%)
- 110 g moučkového cukru
- 90 g mandlové mouky
- nastrouhaná kůra z ½ chemicky neošetřeného citronu
- 10 g strouhaných piškotů
- větší špetka mletého hřebíčku
- větší špetka mleté skořice
- 25 g hladké mouky
- polohrubá mouka na obalování

POLEVA
- 120 g hořké čokolády (55–70%)
- 60 g kakaového másla

1 Máslo vyšlehejte do světlé pěny, trvá to asi 5 minut. Čokoládu rozlámejte nebo rozmixujte na menší kousky. Přidejte ji k máslu spolu s cukrem, mandlovou moukou, citronovou kůrou, piškoty, kořením a hladkou moukou. Vypracujte kompaktní těsto, zabalte ho do potravinářské fólie a uložte ho na 2 hodiny do lednice.

2 Z odpočinutého těsta odkrajujte lžičkou kousky, vytvarujte z nich v dlaních válečky, obalte je v polohrubé mouce a vtlačte je do formiček na rohlíčky. Formičky plňte zhruba do poloviny, při pečení těsto vyběhne. Nožem opatrně zarovnejte kraje formiček, aby bylo těsto v rovině.

3 Troubu předehřejte na 160 °C. Rohlíčky pečte asi 15 minut, až zpevní. Vyjměte je, nechte krátce zchladnout a opatrně je vyklopte. Nechte je vychladnout.

4 Na rendlík postavte ohnivzdornou misku, ideálně skleněnou či plastovou, a do rendlíku vlijte vodu tak, aby se hladina nedotýkala dna misky. Do misky rozlámejte čokoládu, přidejte kakaové máslo a směs rozehřejte a promíchejte dohladka.

5 Kraje rohlíčků namočte do čokoládové polevy. Nechte ji ztuhnout.

prima tip

Rohlíčky můžete na krajích ozdobit i krémem. Výborně bude chutnat čokoládový nebo karamelový. Kakaové máslo je čistý tuk z kakaového bobu, který čokoládě, krémům i polevám dodává jemnost, vláčnost a hloubku chuti. Nejkvalitnější koupíte v čokoládovnách (třeba u Janka) a také v obchodech s cukrářskými potřebami.

VANILKOVÉ KOBLÍŽKY

Kynuté těsto symbolizuje hojnost, a tak nemohlo na vánočním stole chybět. Pletenou vánočku doplňovalo drobné cukroví, třeba vanilkové koblížky obalené v cukrovém sirupu. Čím jsou starší, tím jsou křehčí.

20 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 3½ HODINY + SUŠENÍ 1 DEN

TĚSTO
- 125 g mléka
- 10 g čerstvého droždí
- 50 g krupicového cukru
- 140 g hladké mouky + na podsypání
- 70 g změklého másla
- 1 vejce
- špetka soli
- nastrouhaná kůra z ½ chemicky neošetřeného citronu
- 140 g polohrubé mouky
- 50 g mouky z lískových oříšků (nebo mletých lískových oříšků)

SIRUP
- 125 ml vody
- 30 g krupicového cukru + na obalení
- dřeň z 1 vanilky

1 Mléko ohřejte, aby bylo vlažné. Do misky rozdrobte droždí, přidejte 1 lžičku cukru a hladké mouky, 1 lžíci vlažného mléka a promíchejte. Nechte na teplém místě vzejít kvásek, trvá to zhruba 15 minut.

2 V jiné míse vyšlehejte máslo se zbylým cukrem do husté pěny, trvá to zhruba 10 minut. Zašlehejte vejce, sůl a citronovou kůru. Přidejte vzešlý kvásek, všechny mouky a zbylé mléko. Promíchejte a přesuňte na vál, kde vypracujte tuhé těsto. Vraťte ho zpět do mísy, zakryjte čistou utěrkou a nechte těsto kynout 2 hodiny, až zdvojnásobí svůj objem.

3 Dva nebo tři plechy vyložte pečicím papírem. Vykynuté těsto vyválejte na silikonové podložce nebo lehce pomoučené ploše na plát silný 2 cm a vykrájejte kolečka o průměru 8 cm. Menším kroužkem vykrojte střed. Kolečka skládejte na plechy.

4 Kolečka nechte 30 minut kynout. Troubu předehřejte na 180 °C. Pak koblížky pečte zhruba 20 minut dozlatova.

5 Mezitím svařte v hrnci vodu, cukr a vyškrábnutou dřeň z vanilky do konzistence sirupu.

6 Upečené horké koblížky vkládejte do horkého sirupu. Vytáhněte je a obalte v krupicovém cukru. Navlékněte je na vařečku, položte ji na hrnec a nechte koblížky jeden den sušit.

prima tip

Na rozdíl od vaření vyžaduje pečení preciznost a přesné dodržení postupu, teploty a gramáže. Proto cukráři odměřují všechny suroviny na gramy, i tekutiny nebo vejce. Pokaždé tak docílí stejného výsledku a recept vyjde stejně i různým cukrářům. Pečete-li profesionálně nebo podle kuchařek od cukrářů, pořid'te si mikrováhu (prodává se i jako lžíce) a cukrářský teploměr, kterým změříte přesnou teplotu šlehaného sněhu, karamelu i temperované čokolády.

Milujete Vánoce?

PŘIJĎTE K NÁM.

Kaufland

Moje první volba

www.kaufland.cz

Kouzlo starých Vánoc

V RETRO STYLU

NEJVÝZNAČNĚJŠÍ KŘESŤANSKÉ SVÁTKY NEBYLY VŽDY PO STRÁNCE KULINÁRNÍ VE ZNAMENÍ BRAMBOROVÉHO SALÁTU A SMAŽENÉHO KAPRA. NA SLAVNOSTNÍ TABULI MOHLY FIGUROVAT JEDNODUCHÉ VENKOVSKÉ POKRMY, JAKO JE KUBA ČI OPLATKY, ALE MĚŠŤANSKÉ HOSPODYNĚ TOUŽILY SPÍŠ PO BOHATÝCH, SLAVNOSTNÍCH POKRMECH. PROŠLI JSME TRADIČNÍ KUCHAŘKY A NABÍZÍME JEDNO LUXUSNÍ VÁNOČNÍ MENU.

I zvyky a tradice podléhají svým způsobem trendům… V případě jídla se pochopitelně pojí i s náboženskými přikázáními, pověrami či vírou. V neposlední řadě také s dostupností, tím, co bylo možné v místě vypěstovat a uchovat na zimu.

Stará česká vánoční jídla přicházela na stůl najednou a bývalo jich devět – toto magické číslo mělo přinášet štěstí. Hostinu zahajovaly oplatky pečené ve speciálním příklopném oplatkovači. Ty se nejčastěji zakapávaly medem, ale někdo je měl raději naslano. Následovala polévka, obvykle s houbami, pak luštěniny, hlavně hrách, jehož klíček má podobu kalichu, a tudíž moc spojovat lidi v dobrém i zlém, také čočka, odjakživa symbol peněz, houbový kuba s kroupami či jáhlami, který přežil až do dnešních dnů, a další pokrmy, které si ta která domácnost mohla dovolit a které se řídily i krajovými zvyklostmi – různé kaše s medem, sušené ovoce v podobě tzv. odvárky či rozvárky. Ode všeho dostávala i domácí zvířata, pro příslib úrody se nosila výslužka i ovocným stromům. Smažený kapr s bramborovým salátem se stal módou až ve 20. letech minulého století a postupně také symbolem našich současných Vánoc. Ovšem v meziválečných letech, kdy gastronomie první republiky dosáhla michelinských výšin, nahradily původně skromná a většinou bezmasá jídla na vánočním stole naopak takřka povinně pokrmy co nejdražší a nejvybranější. Po luxusní polévce to byly především pečínky (krom chovných zvířat a drůbeže zejména z divočiny) s promyšlenými a bohatými přílohami, nesměl chybět nějaký krásný dort či hit doby: zmrzlinové bomby, postupně se začal ujímat i zvyk nabízet po večeři výběr drobného – původně tzv. čajového – cukroví. Dnes se můžeme při sestavování vánočního jídelníčku řídit čímkoliv a nenechat se ničím omezovat. Ale princip Vánoc, tj. pospolitost a láska k nejbližším vyjádřená péčí, kterou do příprav vkládáme, ten zůstává bohudík stále stejný.

PŘIPRAVILA JITKA RÁKOSNÍKOVÁ • FOTO L. A. CREATIVE FOOD • FOODSTYLING KLÁRA ZÍKOVÁ

(STARO)ČESKÝ SALÁT

Přikloníte-li se na Štědrý večer k dnes tradičnímu smaženému kaprovi nebo řízkům, můžete k němu vyzkoušet i trochu jiný salát s velkým rodokmenem, který zaznamenala sama Marie Janků-Sandtnerová. Jde o kombinaci velmi sytou, stačí i jako samostatný chod, třeba s nasucho opečenou bagetou.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: DO 30 MINUT + ODLEŽENÍ

- 150 g pečeného telecího masa • 100 g pečeného vepřového masa
- 50 g uvařených bílých fazolí nebo konzervovaných scezených a propláchnutých
- 1 velké jablko • 4 kyselé okurky • 1 malá cibule • 1 lžička kaparů
- zhruba 4 lžíce kvalitní nebo domácí majonézy • ½ lžičky jemné hořčice
- 2–3 lžíce bílého vinného nebo jablečného octa
- čerstvě namletý bílý pepř • případně trocha cukru

DOKONČENÍ

- listy salátu • lístky petržele • plátky ředkviček • kolečka citronu

1 Maso, jablko, okurky a oloupanou cibuli nakrájejte na jemné nudličky a promíchejte s fazolemi a kapary. Majonézu smíchejte s hořčicí, octem, pepřem a případně cukrem a vmíchejte ji k ostatním surovinám. Salát nechte trochu rozležet.

2 Podávejte v míse vyložené listy salátu a ozdobené petrželí, ředkvičkami a citronem.

POLÉVKA À LA ŽELVÍ

Svého času se jemné hutné maso želv a silný vývar z něj opravdu používal na luxusní polévku, ale ne vždy byla surovina k mání. Proto často přišla na řadu náhražka, která však byla vpravdě honosná, a mohla tedy zdobit i ten nejslavnostnější stůl.

6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: 45 MINUT

- cca 500 g masa předem uvařeného ve vývaru – nejlépe telecího, ale může být i hovězí nebo drůbeží • 1 mrkev • ¼ bulvy celeru
- 1 tuřín nebo vodnice, případně malá kedlubna • 250 g hub
- 2 l silného masového vývaru, nejlépe dvojitého vývaru consommé
- 3–5 lžic másla • 200 g šunky • 120 g hladké mouky
- 250 ml madeirského vína • šťáva z ½ citronu
- sůl a čerstvě namletý pepř • lístky petržele k podávání

ŠUNKOVÉ KNEDLÍČKY

- 30 g změklého másla • špetka soli • 1 vejce • 50 g šunky
- 1 lžíce mléka • špetka nastrouhaného muškátového oříšku
- strouhanka podle potřeby

1 Mrkev, celer, tuřín a houby očistěte, nakrájejte na malé kostičky nebo nudličky a v kastrolu zalijte trochou vývaru. Krátce povařte, jen aby zelenina a houby trochu změkly.

2 V hrnci rozehřejte máslo, vsypte okapanou zeleninu a houby, přidejte na kostičky nebo proužky nakrájenou šunku a za stálého míchání smažte asi 10 minut, až vše chytí hezkou barvu.

3 Zaprašte moukou, promíchejte a zalijte vývarem. Uveďte do varu a pak při mírné teplotě vařte asi 15 minut.

4 Mezitím na knedlíčky utřete v misce změklé máslo se solí, žloutkem a muškátem. Vmíchejte drobně nakrájenou šunku, mléko, muškátový oříšek, sníh z bílku a hmotu zahustěte strouhankou, aby se dala tvarovat.

5 Uvařené maso nakrájejte na úhledné kousky nebo rozdělte na vlákna, vraťte do polévky, dochuťte ji vínem, citronovou šťávou, solí a pepřem. Vložte do ní malé knedlíčky ze šunkové hmoty a ještě asi 3 minuty vařte, až knedlíčky vyplavou na povrch. Polévku podávejte posypanou petrželkou.

NAKLÁDANÁ HUSA

Husa neoddělitelně patřila a patří ke stěžejním slavnostním pokrmům. Kromě i dnes běžné pečené husy se podávala i tato, mnohem lehčí a stravitelnější verze, ovšem neméně reprezentativní.

6–8 PORCÍ

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT + NALOŽENÍ 3 AŽ 5 DNŮ

- 4 husí stehna + 4 prsa
- 3 cibule
- 2 lžíce drceného černého pepře
- 1 lžíce kuliček nového koření
- 1 (drcený) hřebíček
- 50 g anglické slaniny
- 1 mrkev
- ¼ bulvy celeru
- 1 petržel nebo pastinák
- 4 lžíce husího sádla
- asi 5 lžic strouhanky
- sůl

1 Z porcí husy částečně stáhněte kůži (můžete ji nakrájenou vyškvařit nebo použít na vývar), ale místy kousky kůže pro chuť ponechejte.

2 Do nejlépe kameninového hrnce nebo pekáče rozestřete část drobně nakrájené cibule, vložte několik porcí husy, posypte je pepřem, novým kořením a hřebíčkem a postup opakujte. Poslední vrstvu zatižte třeba talířkem, na který položte těžší závaží (například konzervu).

3 Husu nechte naloženou 2 až 3 dny v chladu, v zimě můžete až 5 dnů. Husí prsa před úpravou prošpikujte proužky slaniny.

4 Zeleninu nakrájejte na nudličky a osmažte ji ve velkém pekáči nebo kastrolu na husím sádle. Vkládejte porce husy, osmažte je ze všech stran a pak vlijte šťávu z nakládání i s cibulí.

5 Nádobu přikryjte a husu za častého podlévání duste doměkka.

6 Troubu předehřejte na 180 °C. Kusy masa rozložte do pekáče nebo na plech, zeleninu vyndejte děrovanou naběračkou, rozmačkejte ji, promíchejte se strouhankou, osolte, směs rozestřete na porce husy a zapečte dozlatova. Při podávání zakápněte šťávou z dušení masa. K takto připravené huse se podávaly opečené brambory a dobře se k ní hodí celerový salát (viz Prima tip).

prima tip

Celerový salát můžete připravit mnoha různými způsoby, ale jedna z nejchutnějších verzí vznikne z cca ½ kg celeru, krátce povařeného a nastrouhaného nahrubo. Zakápněte ho trochou citronové šťávy, přidejte 2 nastrouhaná jablka a promíchejte s trochou majonézy a zakysané smetany ochucené solí, pepřem a citronovou šťávou. Před podáváním pak salát ozdobte zrnky vína a lehce opraženými vlašskými ořechy.

PIKANTNÍ MASOVÉ ROLÁDKY

Slavnostní, ale celkem snadno proveditelný předkrm, který se vám bude hodit i do běžného repertoáru. Se salátem a čerstvým pečivem z něj vytvoříte i zajímavé hlavní jídlo.

5–6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT + ODLEŽENÍ

TĚSTO
- 4 vejce • špetka soli
- 20 g másla • 1 lžička kypřicího prášku
- 70 g hrubé mouky + na vysypání

NÁDIVKA
- 500 g upečeného vepřového masa • 1 vejce
- 1 lžička dijonské hořčice
- 1 lžička nastrouhaného čerstvého zázvoru
- 1 natvrdo uvařené vejce
- 50–100 g uvařeného uzeného masa nebo šunky
- 1 kyselá okurka nebo 1 lžíce kaparů
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Troubu předehřejte na 180 °C. Vejce oddělte a z bílků ušlehejte tuhý sníh. Promíchejte ho se 3 žloutky (zbylý můžete použít do nádivky), solí, změklým máslem a moukou prosátou s kypřicím práškem.

2 Plech vyložte pečicím papírem. Rozetřete na něj těsto, vložte ho do trouby a upečte dozlatova, trvá to zhruba 15–20 minut.

3 Na nádivku umelte nebo v sekáčku rozsekejte pečené maso a promíchejte ho se syrovým vejcem, případně zbylým žloutkem, hořčicí, zázvorem, pepřem a nadrobno nakrájeným uvařeným vejcem.

4 Nádivkou potřete upečené těsto, posypte nadrobno nasekaným uzeným masem a okurkou nebo kapary. Stočte jako závin, zatižte nepříliš těžkým prkýnkem a dejte asi na 4 hodiny do ledničky. Podávejte krájené na řezy.

PIŠKOTOVÝ DORT S JABLKOVOU NÁDIVKOU

Dezerty s jablky, jako je štrúdl, i slavnostní dorty bývaly na Vánoce téměř povinné. V tomto lehkém dortíku se vlastně spojuje obojí.

1 DORT

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT

TĚSTO
- 150 g krupicového cukru • 6 vajec
- kůra z 1 chemicky neošetřeného citronu • špetka mleté vanilky
- 150 g hrubé mouky + na vysypání • máslo na vymazání formy

NÁPLŇ
- 250 g jablek • 170 g krupicového cukru • šťáva z ½ citronu
- 1 vejce • 1 žloutek • kůra z ½ chemicky neošetřeného citronu
- 80 g mletých mandlí nebo strouhanky

POLEVA
- 200 g moučkového cukru • 1 lžíce vroucí vody • trocha rumu

1 Na těsto utřete cukr, žloutky, citronovou kůru a vanilku do zhoustnutí, trvá to zhruba 10 až 15 minut. Z bílků ušlehejte tuhý sníh a zatřete ho ke žloutkové směsi spolu s moukou. Troubu předehřejte na 175 °C.

2 Dvě formy o průměru 20 cm vymažte máslem a vysypte moukou. Rozdělte do nich těsto, vložte do trouby a upečte dozlatova, trvá to asi 30 minut.

3 Mezitím jablka nakrájejte a zbavte jádřince. Uvařte je se 100 g cukru a citronovou šťávou doměkka. Protřete je sítem a nechte je zchladnout.

4 V míse promíchejte zbylý cukr se žloutky a citronovou kůrou, až směs zhoustne, pak vmíchejte jablečné pyré a mleté mandle nebo strouhanku a sníh z bílku. Nádivkou spojte díly těsta a dort nakonec ozdobte polevou umíchanou z uvedených surovin.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ

Dárky, které chutnají

NĚKDO POD STROMEČKEM OCENÍ KNIHU, TECHNICKOU HRAČKU NEBO PARFÉM, NĚKDO ZASE ZÁŽITEK V PODOBĚ LETENEK NEBO LÍSTKŮ DO DIVADLA. POKUD SI ALE NEJSTE JISTÍ, ZARUČENĚ SE NESPLETETE S NĚČÍM K SNĚDKU. JEDLÉ DÁRKY MŮŽETE VYROBIT SAMI A VLOŽIT DO NICH SVOU LÁSKU NEBO JE S LÁSKOU KUPTE ☺. VSAĎTE NA MALOVÝROBCE, KVALITNÍ PRODUKTY ZE SVĚTA I Z DOMOVA, ČOKOLÁDOVÉ PRALINKY PRO ČOKOHOLIKY, PAŠTIKY PRO MASOŽRAVCE, CHILLI OMÁČKY PRO ODVÁŽNÉ, ŠPIČKOVÉ OLEJE A KOŘENÍ PRO GURMÁNY...

Originální španělskou šunku Serrano sušenou na vzduchu a zrající minimálně 11 měsíců koupíte nyní exkluzivně v dárkovém boxu s nožem a dřevěným stojanem. **Jedná se o privátní značku K-Favourites, kterou nabízí jedině prodejny KAUFLAND, 1999 Kč**

Vybavte svůj domácí bar rumovými legendami Plantation. Rum perfektní na samotné popíjení doplní barové klasiky, ze kterých vykouzlíte dokonalé drinky. Při výbavě baru nezapomeňte ani na kvalitní mixéry Fever-Tree. Nalijte si skleničku Plantation Grande Réserve a užijte si skvělý večer s přáteli. Plantation 3 Stars vytvoří skvělou kombinaci s mixerem Fever-Tree Indian Tonic, Plantation Original Dark zase s Fever-Tree Ginger Beer. **Vydejte se na nákup na WAREHOUSE1.CZ**

S Jubilejnou se každé setkání s blízkými změní v malou oslavu přátelství. Odměňte sebe nebo své blízké výrobkem z řady Jubilejná. Vybrat si můžete z pěti různých chutí. Elegantní lahev a lahodný obsah plný chuti zralého ovoce tvoří dohromady dárek, který potěší. **K dostání v běžné maloobchodní síti, NICOLAUS.CZ, 229 Kč**

Kolekce 16 ručně vyrobených čokoládových pralinek, **KRISTYJAN-CHOCOLATIERS.CZ, 670 Kč**

BIO panenský olivový olej s příchutí citronu, Azada, **225 ml, NATURALMALLORCA.CZ, 379 Kč**

Řemeslný Extra džem Šípek s vanilkou, oceněný hvězdou Great Taste, **160 g, DZEMYROSEGARDEN.CZ, 170 Kč**

NE-mléčná výběrová čokoláda s kokosovým krémem, **45 g, AJALA.CZ, 109 Kč**

PŘIPRAVILA KLÁRA MICHALOVÁ • FOTO ARCHIV FIREM

Mořská sůl s citronem a uzeným pepřem, SOSO, **100 g, OLIVUM.CZ, 450 Kč**

Unikátní 40% destilát Baron Hildprandt ze zralých třešní, **700 ml, 1ER.CZ, 715 Kč**

Dárková sada – solný květ Flor de Sal d´es Trenc přírodní (90 g) a s provensálskými bylinkami (90 g) se sadou ochucených panenských olivových olejů Azada (4×20 ml) **NATURALMALLORCA.CZ, 799 Kč**

Pečlivě namíchaný koktejl Negroni z pražské craftové destilerie spojuje gin, Campari a sladký vermut, **500 ml, GARAGE22.CZ, 490 Kč**

Set na přípravu paelly, pánev + olej + koření, Carmencita, **EDELIKATESY.CZ, 699 Kč**

Lanýžový olej s bílým lanýžem, Marina Colonna Tartufo, **250 ml, OLIVUM.CZ, 429 Kč**

Dárková sada chilli omáček – Hot barbecue obsahuje BBQ omáčku se sušenými rajčaty, Okurkový relish, Smoked peppers a Maracuja Mango Hotsauce, **MY-CHILLI.EU, 737 Kč**

Dárkový koš se čtyřmi masovými produkty a napárovaným chutney, **MELEMEMASO.CZ, 699 Kč**

Akátový med z Chorvatska s bílým lanýžem, Karlić, **120 g, OLIVUM.CZ, 399 Kč**

Báječné přepuštěné máslo – limitovaná zlatá edice, **720 ml, CESKEGHICKO.CZ, 333 Kč**

Italská zrnková káva Espresso 100% Arabika z nejlepších odrůd arabiky ze Střední a Jižní Ameriky, pražená v tradiční pražírně v Turíně, ve stylové plechovce, **250 g, Caffè Vergnano, doporučená cena 219,90 Kč**

Jemně pálivý ochucený chilli olej se sečuánským pepřem, sezamem a křupavými kousky cibule a česneku, **300 ml, BAUESCHILLIOIL.CZ, 250 Kč**

Prima párty

LAHODNĚ & ÚSPORNĚ

ZIMA SE LÉPE SNÁŠÍ VE SPOLEČNOSTI. KRÁTKÉ HEZKÉ DNY VYBÍZEJÍ K VÝLETŮM, DLOUHÉ VEČERY PAK K HRANÍ STOLNÍCH HER, SLEDOVÁNÍ FILMŮ, ČTENÍ KNIH NEBO SPOLEČNÉMU VAŘENÍ. NÁVŠTĚVY A VEČÍRKY VÁS FINANČNĚ NEZRUINUJÍ, POKUD VSADÍTE NA VÝŽIVNÁ A SYTÁ JÍDLA Z CENOVĚ PŘIJATELNÝCH SUROVIN. INSPIRUJTE SE VÝBĚREM RECEPTŮ OD TRIA JÍME ZDRAVĚ.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ

CHLÉB S KARAMELIZOVANÝM BANÁNEM A TVAROHEM

Snídaně, svačina, mlsání, nebo neotřelý dezert? Zakousněte se do křupavého chleba a nechte se hýčkat voňavým sladkým banánem, který zažene jakékoliv chmury, bolístky a zoufalství.

1 PORCE

PŘÍPRAVA: 15 MINUT

- 1 plátek celozrnného chleba
- 1 menší banán
- 1 lžíce třtinového cukru
- 100 g měkkého tvarohu
- ¼ lžičky mleté skořice

1 Menší pánev s nepřilnavým povrchem rozehřejte. Jakmile je horká, opečte na ní nasucho plátek chleba 2 až 3 minuty z každé strany, aby byl křupavý. Mezitím nakrájejte oloupaný banán na 5mm kolečka.

2 Opečený chléb přesuňte na talíř a do pánve vsypte cukr. Zahřívejte ho 10 až 20 sekund na mírném až středním stupni. Až se cukr začne rozpouštět, přidejte do pánve banán a opékejte ho 30 až 40 sekund při stejné teplotě, pak kolečka obraťte, pánev odstavte a nechte banán opékat ještě 30 až 40 sekund.

3 Opečený chléb potřete tvarohem, navrch rozprostřete karamelizovaná kolečka banánu a posypte skořicí. Ihned podávejte.

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A KRISTINA ZÁBRODSKÁ

ZDRAVÉ FRANCOUZSKÉ BRAMBORY

Tedy proč by neměly být francouzské brambory zdravé? V této verzi nahrazuje uzeninu kuřecí šunka a smetanu mléko se sýrem. Zapečené plátky brambor chutnají tak výborně, že jich rovnou připravte raději dvojnásobné množství. Pokud byste postrádali kyselou okurku, podávejte ji zvlášť.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 1½ HODINY

- 600 g brambor (varný typ A)
- 100 g kuřecí šunky (min. 95 % masa)
- 100 g eidamu nebo goudy
- 2 lžíce řepkového nebo slunečnicového oleje
- 150 g mraženého hrášku
- 2 vejce
- 100 ml polotučného mléka
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Brambory omyjte, ale neloupejte. Vložte je do většího hrnce, zalijte dostatečným množstvím studené vody a osolte. Přiveďte k varu, pak snižte na střední stupeň a brambory vařte 15 až 17 minut.

2 Mezitím nakrájejte šunku na tenké nudličky a sýr nastrouhejte najemno do větší mísy.

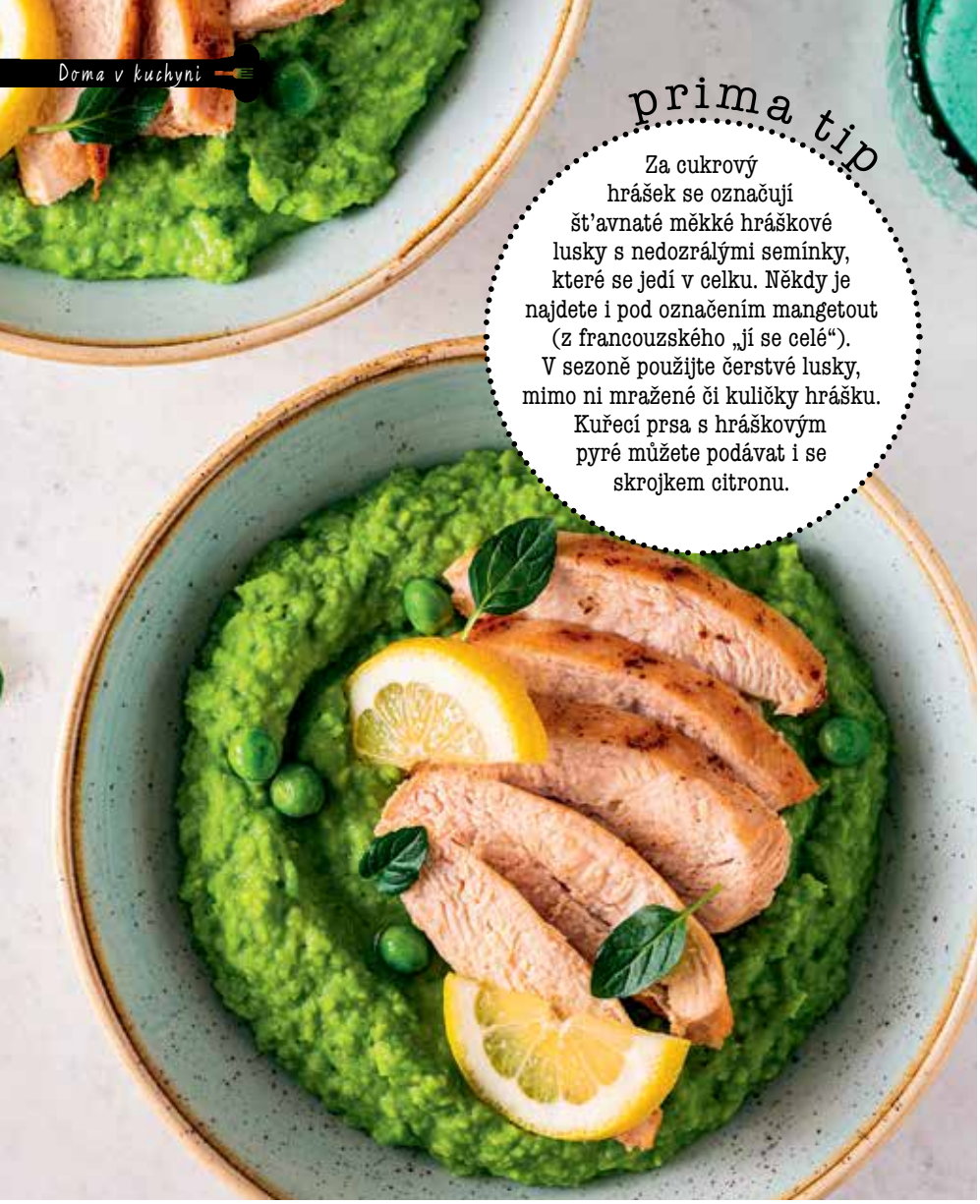
3 Uvařené brambory sceďte, zchlaďte pod studenou vodou a pak je oloupejte. Nakrájejte je na 1cm kostičky a přidejte k šunce a sýru.

4 Troubu předehřejte na 200 °C. Zapékací nádobu o rozměrech 30 × 25 cm vymažte olejem. Do mísy s bramborami, šunkou a sýrem přidejte mražený hrášek, vejce, mléko, sůl a pepř a vše promíchejte.

5 Směs přesuňte do připravené nádoby a pečte ji 35 až 40 minut dozlatova. Rozdělte na talíře a podávejte.

prima tip

Zapečené brambory chutnají skvěle i s kukuřicí. Můžete buď snížit množství hrášku na polovinu a zbytek doplnit kukuřicí, nebo hrášek kukuřicí zcela nahradit.



prima tip

Za cukrový hrášek se označují šťavnaté měkké hráškové lusky s nedozrálými semínky, které se jedí v celku. Někdy je najdete i pod označením mangetout (z francouzského „jí se celé“). V sezoně použijte čerstvé lusky, mimo ni mražené či kuličky hrášku. Kuřecí prsa s hráškovým pyré můžete podávat i se skrojkem citronu.

KUŘE S HRÁŠKOVÝM PYRÉ

Hráškové pyré s mátovým nádechem milují Britové k jehněčí pečeni i smažené rybě, ale skvěle chutná i k bílému kuřecímu masu. Jemné plátky se nevysuší, pokud je zprudka orestujete z obou stran a necháte dopéct v troubě. Mezitím připravíte hráškové pyré a teplou večeři servírujete dřív, než si děti napíšou úkoly.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 30 MINUT

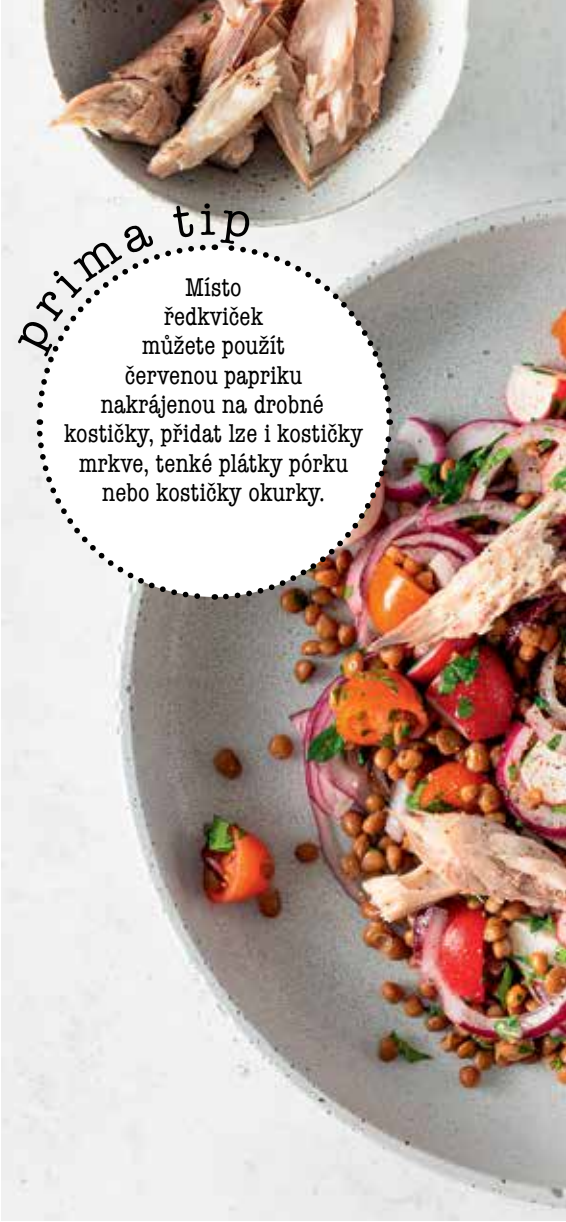
- 2 středně velká kuřecí prsa (cca po 190 g)
- 2 lžíce řepkového oleje
- 700 g mraženého cukrového hrášku
- 700 ml vody
- 270 ml polotučného mléka
- 1,5 hrsti lístků čerstvé máty (lze vynechat)
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Troubu předehřejte na 180 °C. Maso omyjte, osušte papírovou utěrkou, osolte a opepřete. V pánvi vhodné do trouby rozehřejte olej a na středním stupni opékejte maso 2 až 3 minuty z každé strany. Pak pánev přesuňte do předehřáté trouby a pečte ho 10 minut.

2 Mezitím připravte hráškové pyré. Hrášek vsypte do většího hrnce, zalijte vodou, osolte, přiveďte k varu a vařte na středním stupni 3 až 5 minut doměkka, ale ne déle, aby se hrášek nerozvařil. Mléko zahřejte, aby bylo vlažné.

3 Uvařený hrášek sceďte, otrhejte k němu lístky máty, zalijte ho vlažným mlékem a rozmixujte tyčovým mixérem na jemné pyré. Dochuťte solí a pepřem.

4 Upečená kuřecí prsa vytáhněte z trouby, nechte 2 minuty odpočinout a nakrájejte je na plátky. Podávejte s hráškovým pyré.



prima tip

Místo ředkviček můžete použít červenou papriku nakrájenou na drobné kostičky, přidat lze i kostičky mrkve, tenké plátky pórku nebo kostičky okurky.

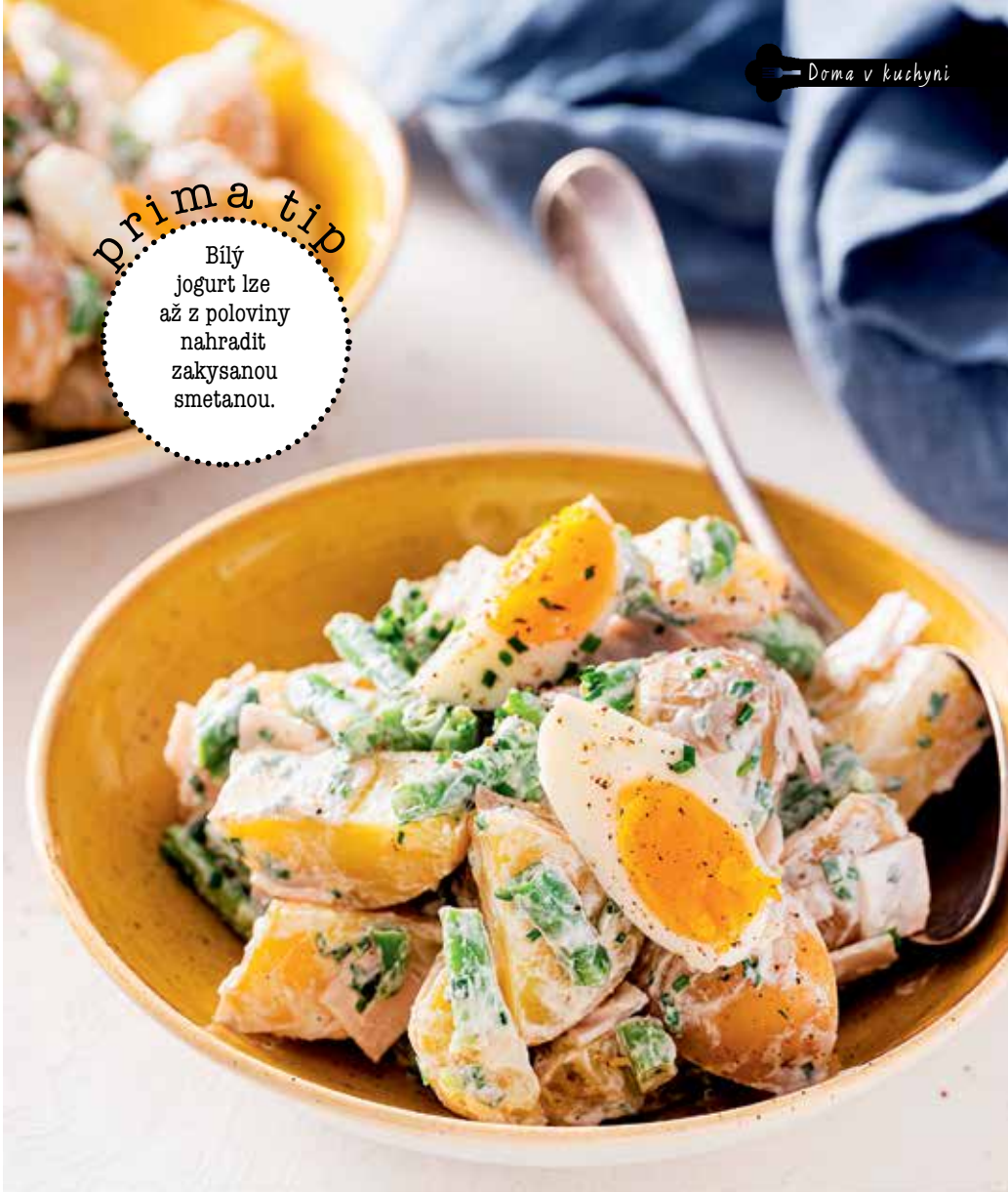
SALÁT Z UZENÉ MAKRELY

Ryba s čočkou okouzlila před pár lety hosty ve špičkových restauracích, ale je na čase se posunout dál. Zkuste zkombinovat čočkový salát s uzenou makrelou a citronem a překvapte své přátele svěžím hlavním chodem, který můžete donekonečna variovat výběrem zeleniny a bylinek.

3 PORCE

PŘÍPRAVA: 30 MINUT

- 150 g hnědé čočky • 450 ml vody
- 100 g ředkviček • 100 g cherry rajčátek
- 1 větší červená nebo žlutá cibule
- 1 hrst čerstvé petrželové natě
- 2 lžíce olivového oleje
- 1 lžíce sušeného kopru (lze vynechat)
- 1 větší chemicky neošetřený citron
- 300 g uzené makrely • sůl a čerstvě namletý pepř



prima tip

Bílý jogurt lze až z poloviny nahradit zakysanou smetanou.

1 Čočku vsypte do rendlíku, propláchněte vodou a odstraňte případné nečistoty. Zalijte ji 450 ml vody a na vyšším stupni ji přiveďte k varu. Osolte, snižte na střední teplotu, rendlík přiklopte a vařte čočku 13 až 15 minut téměř doměkka.

2 Mezitím očistěte zeleninu. Ředkvičky nakrájejte na čtvrtiny, cherry rajčátka na poloviny. Cibuli oloupejte a nakrájejte na tenké plátky. Petrželovou nať nasekejte nahrubo. Vše vsypte do velké mísy.

3 K zelenině přidejte olivový olej, sušený kopr, najemno nastrouhanou citronovou kůru i čerstvě vymačkanou šťávu, sůl a pepř a promíchejte.

4 Uvařenou čočku propláchněte pod studenou vodou a přidejte do mísy k zelenině. Znovu promíchejte.

5 Makrelu stáhněte z kůže, oberte od kostí a natrhejte maso na větší kousky. Čočkový salát rozdělte do tří talířů a navrch dejte pár kousků makrely. Ihned podávejte.

BRAMBOROVÝ SALÁT SE ŠUNKOU A FAZOLKAMI

Na bramborový salát si většina rodin nenechá sáhnout. Tradice však nemusí být rigidní a změna se může stát tradicí novou, zvláště pokud chutná tak lahodně jako vlahé plátky brambor s křupavými fazolkami, jemnou šunkou a výraznými vejci.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 45 MINUT

- 420 g větších brambor (varný typ A)
- 3 vejce
- 250 g bílého jogurtu
- 2 lžíce čerstvě nasekané pažitky
- 80 g kuřecí šunky (min. 90 % masa)
- 70 g mražených zelených fazolových lusků
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Brambory oloupejte a nakrájejte na čtvrtky. Zalijte je vodou, osolte a přiveďte k varu. Snižte teplotu na střední a brambory uvařte doměkka, trvá to zhruba 18 až 22 minut.

2 Mezitím uvařte vejce. Dejte je do rendlíku, zalijte vodou tak, aby byla potopená, a zahřívejte je k varu. Pak kastrůlek odstavte, přiklopte ho pokličkou a nechte 10 až 13 minut odstát. Slijte horkou vodu a vejce vložte do studené vody, aby se zchladila.

3 Ve větší míse (do které se vejdou i brambory) smíchejte jogurt s pažitkou, solí a pepřem. Šunku nakrájejte na 1cm kostičky a vmíchejte je do jogurtu.

4 Když jsou brambory téměř měkké, přidejte k nim fazolové lusky a vařte je ještě 15 až 30 sekund na středním stupni. Sceďte je, propláchněte pod studenou vodou, nechte okapat a vsypte do mísy k jogurtové směsi.

5 Uvařená vejce oloupejte, nakrájejte na šestiny a přimíchejte do mísy k ostatním ingrediencím. Bramborový salát dochuťte solí a pepřem, rozdělte do misek a podávejte.

SÝROVÁ ROLÁDA

Hvězda večírků už padesát let. Kostrbaté balení náplně do plátků sýra výrazně usnadní jednoduchý trik – plátky sýra rozpečte v troubě, nechte trochu zchladnout a do kompaktního plátu zabalíte už cokoliv. Tak dobrou chuť!

1 ROLÁDA / 10 PORCÍ

PŘÍPRAVA: 25 MINUT + 2 HODINY CHLAZENÍ

- 2 lžíce řepkového oleje
- 1 menší červená paprika (cca 150 g)
- 2 stroužky česneku
- 100 g smetanového sýra (nebo pomazánkového másla)
- 80 g polotučného tvarohu
- 200 g plátkového sýra (eidam)
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Troubu předehřejte na 230 °C, plech o rozměrech 30 × 40 cm vyložte pečicím papírem a ten potřete řepkovým olejem.

2 Papriku omyjte a nakrájejte na malé kostičky. Česnek oloupejte a prolisujte. Vsypte obojí do misky, přidejte smetanový sýr, polotučný tvaroh, sůl a pepř a promíchejte.

3 Na pečicí papír naskládejte do tří řad po třech plátcích sýra tak, aby se plátky trochu překrývaly a vytvořily jeden větší souvislý plát. Plech vložte do trouby a sýr zapékejte 3 až 4 minuty. Pak ho vytáhněte a nechte 1 až 2 minuty chladnout.

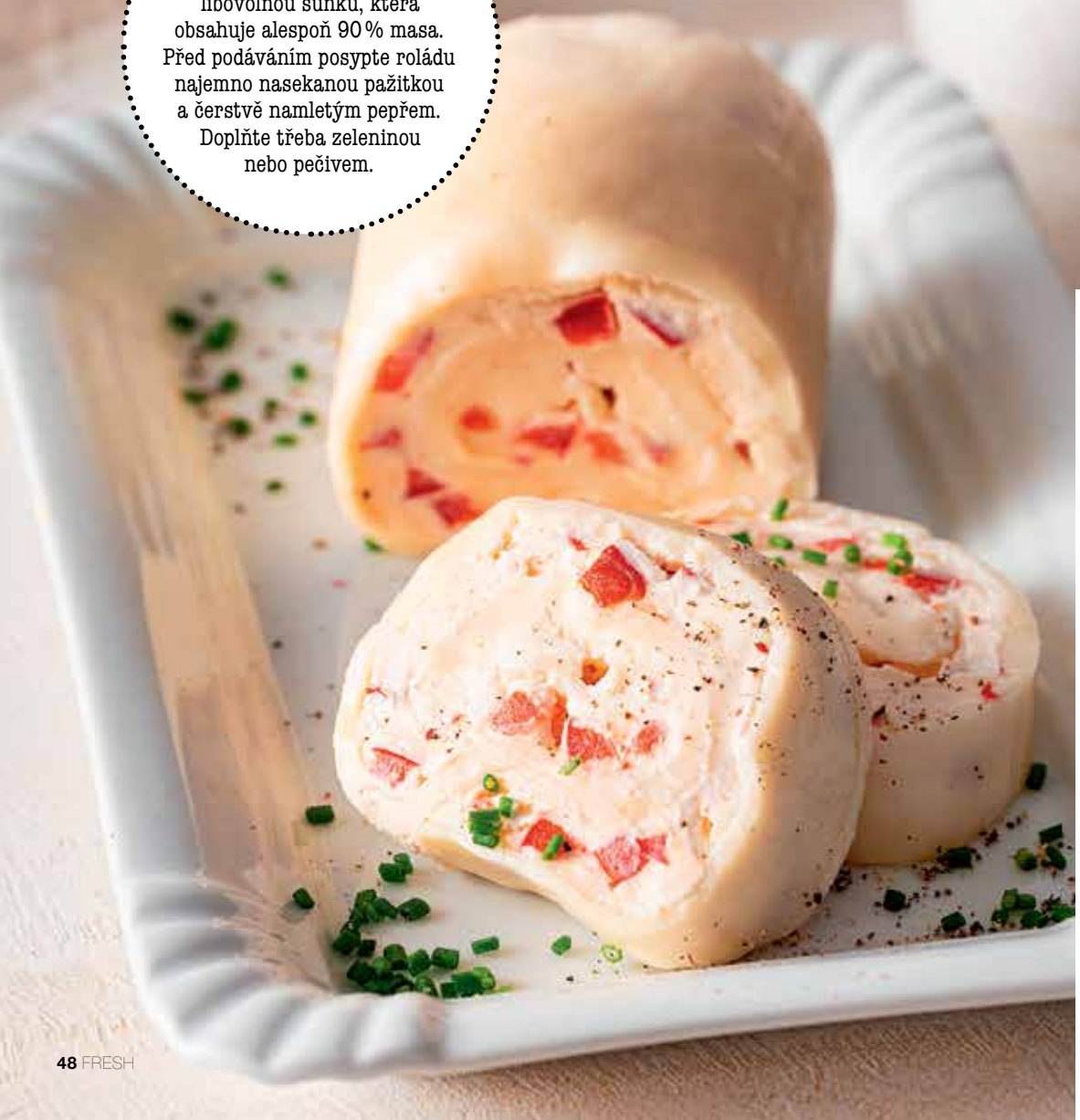
4 Na lehce zchladlý sýrový plát natřete po celé ploše náplň z tvarohového sýra s paprikou. Plát stočte od kratší strany do tvaru rolády.

5 Připravte si potravinářskou fólii o rozměrech 60 × 30 cm, sýrovou roládu na ni přesuňte, zabalte ji do tvaru bonbonu a důkladně utáhněte. Zabalenou roládu uložte alespoň na 2 hodiny do lednice.

6 Po odležení roládu nakrájejte na 5mm plátky a podávejte.

prima tip

Pokud chcete roládu ozvláštnit, můžete dovnitř zarolovat například libovolnou šunku, která obsahuje alespoň 90 % masa. Před podáváním posypte roládu najemno nasekanou pažitkou a čerstvě namletým pepřem. Doplňte třeba zeleninou nebo pečivem.



JÍME ZDRAVĚ ZA PÁR KORUN

Kolektiv autorů

Zdravé jídlo nemusí být drahé, ukazuje nová kuchařka oblíbeného tria Jíme zdravě. Na 208 stranách představuje přes 90 zdravých a výživných receptů s tipy, jak při vaření a nákupech ušetřit. Právě plánování jídelníčku vám umožní úsporu v kuchyni. Levné suroviny nemusejí být nekvalitní, když si je rozumně vyberete v obchodě, především z lokálních a sezonních zdrojů. Luštěniny, kuskus, těstoviny, mražená zelenina i dobře vybrané maso zahrají hodně muziky za málo peněz od snídaně po večeři. Rychlá příprava, tipy na úsporu energie při vaření, tipy na mražení a nápady na zužitkování zbylých porcí jsou příjemným bonusem této praktické knihy.

Více na www.jimezdrave.cz.

KOKOSOVÉ ŘEZY

Vůně kokosu přivolává advent a jiskřivé zimní dny, spojení s kakaem a čokoládou dodává sváteční atmosféru. Naštěstí je tento dezert tak snadný, že si ho můžete upéct kdykoliv.

1 PLECH / 10 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 1 HODINA + 3 HODINY CHLADNUTÍ

TĚSTO
- 4 vejce
- 2 lžíce tekutého medu
- 200 g celozrnné hladké špaldové mouky
- 2 lžíce kakaa holandského typu
- 1 lžička kypřicího prášku
- 100 ml polotučného mléka

NÁPLŇ
- zhruba 100 g kokosového oleje
- 220 g strouhaného kokosu
- 2 lžíce tekutého medu
- 200 g měkkého tvarohu (z vaničky)
- 50 g tmavé čokolády (min. 75 % kakaa)

1 Troubu předehřejte na 175–180 °C a vyšší plech o rozměrech 30 × 25 cm vyložte pečicím papírem. V troubě nechte rozehřát kokosový olej, vytáhněte ho a nechte zchladnout.

2 Ve větší míse vyšlehejte vejce s medem dohladka, trvá to zhruba 2 až 3 minuty. Do směsi prosejte špaldovou mouku, přidejte kakao, kypřicí prášek a mléko a znovu důkladně vyšlehejte.

3 Těsto vlijte do připraveného plechu a pečte ho 30 až 35 minut, až špejle zapíchnutá do těsta vyjde ven čistá a suchá. Nechte ho chladnout zhruba 45 minut.

4 Mezitím připravte náplň. Ve větší míse smíchejte strouhaný kokos s medem a tvarohem a postupně vmíchávejte rozpuštěný kokosový olej, až vznikne hladká směs. Pak ji rozetřete na vychlazený korpus.

5 Ve vodní lázni rozehřejte čokoládu. Do menšího hrnce s trochou vody postavte skleněnou misku tak, aby se nedotýkala dnem hladiny vody. Hrnec s vodou zahřejte, do skleněné misky nalámejte čokoládu a nechte ji rozehřát. Občas promíchejte. Skleněnou misku s rozpuštěnou čokoládou odstavte a v nepravidelných tazích ji pak naneste na povrch kokosové náplně.

6 Koláč nechte aspoň 2 hodiny v lednici. Podávejte ho nakrájený na kostky.

prima tip

Množství kokosového oleje se může mírně lišit podle toho, jak moc dehydrovaný je kokos. Proto ho do směsi přilévejte po dávkách, abyste ho zbytečně nepoužili moc.

Dokonalá sladkost mléka

SPECIÁLNÍ DOBROTA S TRADICÍ

KARAMELOVOU VAZKOU POCHOUTKU S NĚŽNÝM JMÉNEM DULCE DE LECHE SI I S PŮVODNÍM ŠPANĚLSKÝM NÁZVEM OSVOJILI VŠICHNI, KDO MLUVÍ GLOBÁLNÍM GASTRONOMICKÝM JAZYKEM. HUTNÝ KRÉM SI LOGICKY SPOJUJEME PRÁVĚ S HISPÁNSKÝM PROSTŘEDÍM, ALE JEHO HISTORIE JE KOMPLIKOVANĚJŠÍ.

Kdo za to může?

První zmínky o zkaramelizovaném mléce jsou spojovány s náhodou (jak už to u kulinárních objevů bývá). Napoleonův kuchař prý omylem vařil mléko s cukrem příliš dlouho – kupodivu se nespálilo, ale zkaramelizovalo. Jiný příběh se váže k Indonésii a Filipínám, kde se prý tahle zlatavá sladkost objevila už v 16. století, později byla „objevena“ dobyvačnými Španěly, importována do Španělska a s dalšími conquistadorskými výpravami vyvezena do Latinské Ameriky, kterou dobyla podstatně mírumilovnějším způsobem než španělští vojáci nová území. Dostalo se jí také dnešního názvu, který doslova znamená „sladkost či pamlsek z mléka“.

Jihoamerická stopa

Ale může to být ještě jinak. Jihoameričané, respektive Argentinci dnes přísahají na kuchařku tamního politika Juana Maríi de Rosas, která prý – podobně jako Napoleonův kuchař – zapomněla mléko s cukrem na plotně příliš dlouho. O úspěchu zkaramelizovaného mléka pak svědčí fakt, že dezert s dulce de leche byl podáván roku 1829 při jednáních de Rosase s politickými oponenty. (Zda přispěl k jeho vítězství, nevíme, ale jelikož byl militantním diktátorem posedlým vlastní mocí, ani mu to nepřejeme.) Dulce de leche tyrana přežilo a stalo se argentinským národním pokladem do té míry, že Argentinci zažádali o jeho ukotvení coby národního kulturního dědictví. Stejné nároky ovšem vzneslo i Chile, Kolumbie, Peru a Uruguay. Každá země si nicméně přípravu dulce de leche mírně upravuje, přidává jí svůj vlastní název a často i další přísady a za svou verzi je ochotna jít do boje… Dulce de leche ovšem během své cesty doputovalo z jihu Ameriky přes Karibik až do Mexika, kde se rovněž stalo národní pochoutkou, především ve verzi z kozího mléka zvanou cuajeta. Portoričané využívají rostlinné mléko, a to kokosové, na Kubě se mléko před vařením nechává trochu zkysnout a tak bychom mohli pokračovat.

TRADIČNÍ DULCE DE LECHE

S touto nejjednodušší přípravou se můžete setkat například v Uruguayi. Přídavek jedlé sody není nutný, ale zabraňuje vytváření hrudek a tím přispívá k větší hladkosti krému a také zesiluje jeho zlatavou barvu.

CCA 1 L

PŘÍPRAVA: NAD 2 HODINY

- 1 l plnotučného mléka
- 250 g krupicového cukru
- ¼ lžičky jedlé sody (bikarbony)
- případně 1 lžička mleté vanilky či skořice na ochucení

1 Mléko, cukr a sodu promíchejte v širším velkém silnostěnném kastrolu. Uveďte do varu, snižte teplotu a nechte zvolna bez pokličky vařit za občasného promíchávání, až směs zhoustne, zezlátne a zkaramelizuje.

2 Ke konci vaření promíchávejte častěji a důkladněji, aby se houstnoucí směs nepřipalovala. Jakmile dosáhne požadované konzistence, sundejte ji z plotýnky, vmíchejte případně koření, přesuňte do mísy nebo sklenic a nechte vychladnout. Dulce de leche uchovávejte v ledničce.

PŘIPRAVILY JITKA RÁKOSNÍKOVÁ A KLÁRA MICHALOVÁ • FOTO MAREK KUČERA • FOODSTYLING PETRA FRÝDLOVÁ

PRIMA TIPY

Z plechovky kondenzovaného mléka lze dulce de leche připravit i v mikrovlnné troubě (mléko přelijte do misky vhodné do mikrovlnky a vařte ho při středním (50%) výkonu 4 minuty, velmi opatrně ho promíchejte, poté snižte výkon na 30 % a mléko vařte ještě 10 až 12 minut. (Zhoustne-li příliš, je možné do něj vmíchat smetanu podle potřeby.) V tlakovém hrnci to jde také: postavte plechovku na mřížku v hrnci, zalijte takovým množstvím vody, aby sahala cca 5 cm nad plechovku, hrnec uzavřete, nastavte na funkci zavařování a vařte 30 minut, chcete-li mléko světlejší barvy, nebo 40 minut do tmavě zlaté barvy. Po skončení varu vypusťte páru pomocí kleští, hrnec otevřete a nechte plechovku zcela vychladnout. A nakonec v hrnci na pomalé vaření položte plechovku mléka na bok, zalijte ji vodou tak, aby sahala 5 cm nad plechovku, a hrnec nastavte na 8 až 10 hodin podle toho, jak intenzivní chcete karamelové mléko mít. (Mimochodem, dulce de leche vařené z plechovky/v plechovce ve slow cookeru vyhrálo v této kategorii chuťové testy na celé čáře.)
Ať už vaříte jakoukoliv metodou, je mimořádně důležité, aby byla plechovka mléka nepoškozená, nezprohýbaná a VŽDY zalitá dostatečným množstvím vody. Stejně důležité pak je, aby bylo mléko při jakékoliv další manipulaci vychladlé.

snadný tip

Je samozřejmě možné si hotový výrobek koupit, ale tady mluvíme o domácí práci, jak má být. Nicméně při nedostatku času je celkem snadné připravit si dulce de leche i pouhým povařením plechovky kondenzovaného mléka. Při nejběžnější metodě vaření na plotně stačí vzít plechovku slazeného kondenzovaného mléka, odstranit z ní nálepku, vložit ji do velkého hrnce a zalít vodou tak, aby byla ponořená. Vodu pak uveďte do varu, teplotu snižte na mírný var a takto nechte vařit 2½ až 3½ hodiny. (Chcete-li hodně husté a hodně zlatohnědé dulce, vařte až 4 hodiny.) Je důležité kontrolovat, aby byla plechovka stále ponořená ve vodě, je-li třeba, dolijte horkou vodou. Nakonec nechte vše úplně vychladnout.

DVOUČOKOLÁDOVÉ ALFAJORES

Je-li dulce de leche uznávaným jihoamerickým kulinárním pokladem, jeho cukrářskou korunou jsou alfajores, vláčné sušenky plněné dulce de leche. Přes španělsky znějící název jsou ale spíš importem ze Středního východu – arabské slůvko alajú, což bylo pošpanělštěno na alfajor, znamená těsto naplněné dalšími dobrotami. Španělé pak vytvořili verzi jakýchsi sušenek či koláčků s různými náplněmi a při vývozu do Jižní Ameriky se poté jako náplň rychle uplatnilo dulce de leche. Dnes jsou alfajores hlavními hvězdami každé tamní cukrárny (doslova exploze nastala v 50. letech minulého století) a mají bezpočet verzí podobně jako francouzské makronky. Přinášíme slavnostní vánoční verzi, která je i skvělým jedlým dárkem.

12 KS
PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT
+ ODLEŽENÍ 2 HODINY

TĚSTO
- 100 g změklého másla • 100 g krupicového cukru
- 1 lžička najemno nastrouhané pomerančové kůry
- 60 g kukuřičného škrobu (maizeny) • 1 velké vejce
- 2 lžíce medu • 1 lžíce rumu
- 220 g hladké mouky + na poprášení
- 30 g kakaa holandského typu
- 1 lžička kypřicího prášku
- 1 lžička jedlé sody (bikarbony)

NÁPLŇ A POLEVA
- 480 g dulce de leche
- 400 g hořkomléčné čokolády

1 Nejlépe v robotu s pádlovým nástavcem (metlou) promíchejte při střední rychlosti máslo, cukr a pomerančovou kůru, až vznikne světlá nadýchaná směs. Podle potřeby ji seškrabávejte ze stěn nádoby pomocí silikonové stěrky.

2 Pak vmíchejte při nízké rychlosti škrob, vejce, med a rum. Opět podle potřeby seškrabávejte ze stěn nádoby.

3 Do velké mísy prosejte mouku s kakaem, kypřicím práškem a sodou. Nechte motor běžet na nízkou rychlost a moučnou směs po dávkách zapracovávejte do těsta. Seškrabávejte ze stěn nádoby a míchejte, až vznikne sourodé těsto.

4 Vyklopte ho na pomoučenou plochu a rozdělte na dva díly. Vytvarujte je do placek, zabalte do potravinářské fólie a uložte nejméně na 1 hodinu do ledničky. Chladit můžete až 24 hodin.

5 Troubu předehřejte na 180 °C. Dva plechy vyložte pečicím papírem.

6 Těsto nechte trochu povolit a postupně oba kusy rozválejte na výšku cca 3 mm. Formičkou nebo sklenkou o průměru cca 7 cm vykrájejte 24 koleček (odkrojky znovu zpracujte a vykrájejte). Přesuňte je na připravené plechy v nejméně 2,5 cm rozestupech a pečte asi 8 až 10 minut, až budou sušenky křupavé a zezlátnou. Nechte je zcela vychladnout na drátěné mřížce.

7 Vychladlé sušenky vraťte na plechy a pomocí cukrářského sáčku na polovinu z nich stříkejte kopečky dulce de leche. Přikryjte druhou polovinou sušenek vrchní stranou dolů a přitiskněte. Stěrkou případně setřete vyteklou náplň po stranách.

8 Čokoládu rozehřejte ve vodní lázni. Nejlépe pomocí kleští namáčejte alfajores v rozpuštěné čokoládě a stavte na čistý kus pečicího papíru, kde je nechte, až poleva ztuhne. Nebudete-li je podávat ihned, uložte je ve vzduchotěsné nádobě do chladu, kde vydrží až 1 týden.

1 tartaletka

40 min

+1 hodina chlazení

+2 hodiny tuhnutí

ČOKOLÁDOVÁ TARTALETKA
s perníkovými vločkami

SUROVINY:

- 250 g hladké mouky
- 100 g cukru moučky
- 2 lžičky perníkového koření
- sůl
- 175 g másla
- 2 vejce
- 50 g cukru krupice
- 50 g lískových ořechů
- 200 g hořké čokolády
- 200 g mléčné čokolády
- 275 ml šlehačky Kunín Deluxe 40 %
- ½ lžičky mleté skořice
- 7 perníkových vloček
- 1 lžíce cukrových perliček
- 7 kuliček klikvy

POSTUP:

1. V míse smíchejte 250 g mouky, 100 g moučkového cukru, 2 lžičky perníkového koření, špetku soli, na kostičky nakrájených 140 g másla, žloutek a celé vejce. Vše smíchejte na hladké těsto, zabalte do potravinářské fólie a nechte hodinu odležet v lednici. Formu o průměru 26 cm vymažte 15 g másla.

2. Odleželé těsto pomocí prstů vytlačte do koláčové formy o průměru 26 cm. Dno dobře propíchejte vidličkou a pečte 15 minut v troubě na 180 °C. Po upečení nechte zcela zchladnout.

3. V pánvi rozpusťte 50 g cukru. Pak přidejte 20 g másla, 50 g lískových ořechů a špetku soli. Ořechy nechte zkaramelizovat, směs vlijte na plech s pečicím papírem, nechte vychladnout a pak nahrubo nasekejte nožem. V žáruvzdorné misce rozpusťte 200 g hořké a 200 g mléčné čokolády spolu s ½ lžičky mleté skořice. V rendlíku přiveďte k varu **275 ml šlehačky Kunín Deluxe 40 %** a postupně ji tyčovým mixérem vmíchejte do čokolády, až se vše spojí na hladký krém. Krém vlijte do upečeného korpusu a nechte v lednici 2 hodiny ztuhnout.

4. Tartaletku ozdobte ze 2/3 nasekanými oříšky a hotovými perníkovými vločkami. Nakonec posypte třpytivým cukrovým zdobením a klikvou. Přejeme krásné a smetanové Vánoce.

ŠLEHAČKA DELUXE 40%

- Prémiová šlehačka
- Poctivá chuť
- Rychlé a snadné našlehání
- Dlouho drží tvar

Jídla z hor

TYPICKÉ POKRMY

SPOJUJE JE VLASTNĚ NADMOŘSKÁ VÝŠKA. V OBLASTECH, KAM LIDÉ DŘÍVE MUSELI DLOUHO KRÁČET VZHŮRU PO KAMENITÝCH STEZKÁCH A KDE SE TAKÉ ODEDÁVNA ZAČALI USAZOVAT, VZNIKALA I SVÉBYTNÁ KUCHYNĚ, KTERÁ SE NUTNĚ MUSELA PŘIZPŮSOBIT OKOLNÍM PODMÍNKÁM. A PLATÍ TO OD ŠUMAVY AŽ TŘEBA K APENINÁM.

Žít vysoko

Pastevci, dřevorubci, ale i ti, kteří v horách hledali úkryt před boji, válkami, nepřízní osudu (a někdy i před ostatními lidmi), byli prvními obyvateli horských vesnic. Přinesli si s sebou svá běžná jídla a okamžitě začali zakládat pole a políčka – často za nezměrného úsilí –, která by je uživila. Brzy bylo jasné, že podobně jako lidé ustojí horské podmínky jen to nejodolnější, a tak se úhelnými kameny horských jídelníčků staly zejména brambory, zelí, luštěniny, kořenová zelenina a také vše, co dává okolní příroda. Především byliny, plané jedlé rostliny a suché plody. Chov drůbeže byl poměrně obtížný, ale v každé chalupě se nějaká ta slepice našla – často bydlela spolu s kozou či kravkou. Čím výše lidé žili, tím víc museli okolním podmínkám přizpůsobovat i svá obydlí, domácí zvířata proto vždy přebývala s nimi nebo v nejtěsnější blízkosti. Hospodyně proto v tuhých zimách nemusela chodit podojit kozu či kravku daleko a teplé chlévy také často poskytovaly i útulek třeba květináčům s bylinkami, které tu mohly vyrazit daleko dřív, než okolní půda roztála.

Domov v přírodě

Hory i dnes vládnou takovým kouzlem, že v nich mnoho lidí rádo žije i přes různá nepohodlí a obtížnou dostupnost. Svébytná kuchyně, která se zde po staletí vytvářela, je dnes opředena kouzlem výjimečnosti, byť často vznikala za podmínek spíš zoufalých. Horské vesnice bývaly často na dlouhé měsíce úplně odříznuté od světa, a pokud v nich vypukly nakažlivé nemoci, mohly pro celou vesnici znamenat rozsudek smrti. Proto mají některá, dnes světově proslulá jídla, jako je švýcarský koláč Cholera či tamní závitky Capuns, skutečnou a leckdy i dramatickou historii. I v naší chuťové paměti zůstávají zapsána jídla, jako je krkonošské kyselo – dnes oživované v luxusnějších podobách –, pamětníci vzpomínají, byť ne vždy v dobrém, na tamní domácí kozí sýr hořčák. To, že se některá jídla typu z nouze ctnost stala vyhledávanými pochoutkami, je ale dáno mnohými faktory: nápaditostí, s jakou byla vytvářena, a tím i variabilitou, s níž je můžeme připravovat, ale i kvalitou a chutí použitých surovin. A tady mají jídla z hor obrovský náskok. Vždyť vše, co se tady vypěstuje, roste a zraje v čisté přírodě, bez hnojiv, postřiků a v přirozeném rytmu ročních dob. Pastevectví dosáhlo v horských oblastech té nejdokonalejší podoby, a tak se nedivme, že maso, mléko a výrobky krav, koz a ovcí chovaných na horských pastvinách je té nejvyšší úrovně. Jistě nemusíme upozorňovat na dokonalou chuť a kvalitu alpských (či slovenských) sýrů, na vzduchu sušených iberských horských šunek, zavařenin, likérů a šťáv z lesních plodů, ale kdo měl možnost ochutnat třeba něco z nekonečné škály

tyrolských chlebů a pečiva ovoněných bylinkami z tamních horských luk, ten získá trvalou a nedostižnou chuťovou vzpomínku. Skoro se dá říct, že jak stoupá nadmořská výška, stoupá i chuť a kvalita potravin. A nesmíme zapomínat ani na skutečné úlovky. Drobná, pernatá i vysoká zvěř odedávna doplňovala horský jídelníček a stala se zdrojem mnoha dnes ceněných receptů. Lov je dnes samozřejmě velmi omezen a některé mytické dobroty (jako jsou sušené karbanátky z kamzičího masa z oblasti Friuli) už jen vzpomínkou – případně rekonstruovanou z jiných druhů mas –, na druhé straně dnes nemusíme vyrážet do hor se zbraní, abychom se dostali ke kýžené specialitě, obvykle stačí pár kliků myší.

Od prostého k luxusnímu

Dávní obyvatelé hor by patrně jen zírali, jak ceněné jsou některé z tehdejších obyčejných potravin v dnešním světě. Domácí sýry a nejrůznější speciality se dnes označují ochrannými známkami, produkují v omezených množstvích a vždy s sebou nesou i výrazně vyšší cenu než jejich průmyslově vyráběné protějšky. Abychom si ale pochutnali na horské šunce či výběrovém švýcarském horském sýru, nemusíme šplhat po kamenitých stezkách (i když to vřele doporučujeme), skvostnou raclette si bez problémů můžeme připravit kdykoliv a kdekoliv. Řada typicky horských jídel je ovšem založena na těch nejprostších surovinách, bramborách, zelí, zrninách či luštěninách (i tady ale vřele doporučujeme nákup na trhu či od malododavatele). Ale pokud si chcete připravit skutečný kulinární zážitek, vyjeďte si někam do hor. Kromě lyžování a prknování, treků či jen trmácení se směrem vzhůru si najděte nějakou tu útulnou chalupu, kde se vaří. Pořád tu ještě žijí lidé, pro které je příprava místního jídla pro hosty příležitostí, jak ukázat, že patří k těm nejzajímavějším, na kterých si můžete pochutnat. Takže vzhůru do chuťového ráje!

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A JITKA RÁKOSNÍKOVÁ

Zimní radovánky

NĚCO PRO ZAHŘÁTÍ

AŤ UŽ BUDETE VE SVATÉM MOŘICI, NEBO NA HORSKÉ KVILDĚ, RADOSTI NEJCHLADNĚJŠÍHO ROČNÍHO OBDOBÍ SI NEJLÉPE VYCHUTNÁTE NA HORÁCH. A I KDYŽ ZROVNA NELYŽUJETE ČI NESNOWBOARDUJETE, NENÍ RADOVÁNKÁM KONEC – VŽDYŤ JE TU SYTÉ, HŘEJIVÉ FANTASTICKÉ JÍDLO Z HOR, GENIÁLNĚ VYMYŠLENÉ JEJICH OBYVATELI PŘESNĚ V TĚCHTO INTENCÍCH. DO CHALUPY SI NA NĚJ SJEĎTE TŘEBA NA PEKÁČI...

KARAMELOVÉ STŘEPY

Pro drobnou sladkost si zajeďme do Savojska. Tamní cruche je jakýmsi křížencem mezi sušenkou a karamelkou a velmi oblíbeným doprovodem ke kávě či čaji nebo jako malý pamlsek. Olízla by se i Heidi z hor!

4–6 PORCÍ
PŘÍPRAVA: DO 30 MINUT + CHLADNUTÍ

- 250 g soleného másla
- 250 g hladké mouky
- 125 g krupicového cukru

1 Pekáč o rozměrech 30 × 20 cm vyložte pečicím papírem.

2 Máslo rozehřejte v kastrole při velmi mírné teplotě a pak k němu postupně vmíchejte mouku. Stále při velmi mírné teplotě promíchávejte 10 až 15 minut, až směs získá světle hnědou barvu a začne jakoby sušenkově vonět.

3 Vmíchejte cukr a ještě 5 minut promíchávejte – směs by měla zezlátnout, ale neměla by vypadat úplně suchá. Přesuňte ji do pekáče a stěrkou uhlaďte povrch.

4 Nechte stát asi 1 hodinu nebo déle, až zpevní (nebo dejte na 40 minut do ledničky) a pak ostrým nožem krájejte na kousky – oblíbený je trojúhelníkový tvar jako střepy.

PŘÍPRAVILA JITKA RÁKOSNÍKOVÁ • FOTO L. A. CREATIVE FOOD • FOODSTYLING KLÁRA ZÍKOVÁ

SAVOJSKÝ HRNEC

Sytým jídlům z jednoho hrnce (tedy jak by řekli Němci, Eintopf) se ve Francii obecně říká právě tak – potée. Do Potée Savoyarde patří pěkný kousek vepřového, uzeného i pár klobásek… Hromadu masa vyvažuje jemná máslová dýně a další zelenina. Víc k regeneraci opravdu nepotřebujete, i když znalci doporučují jako přílohu sýrové tousty a na zapití suchý cider.

6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: DO 2 HODIN

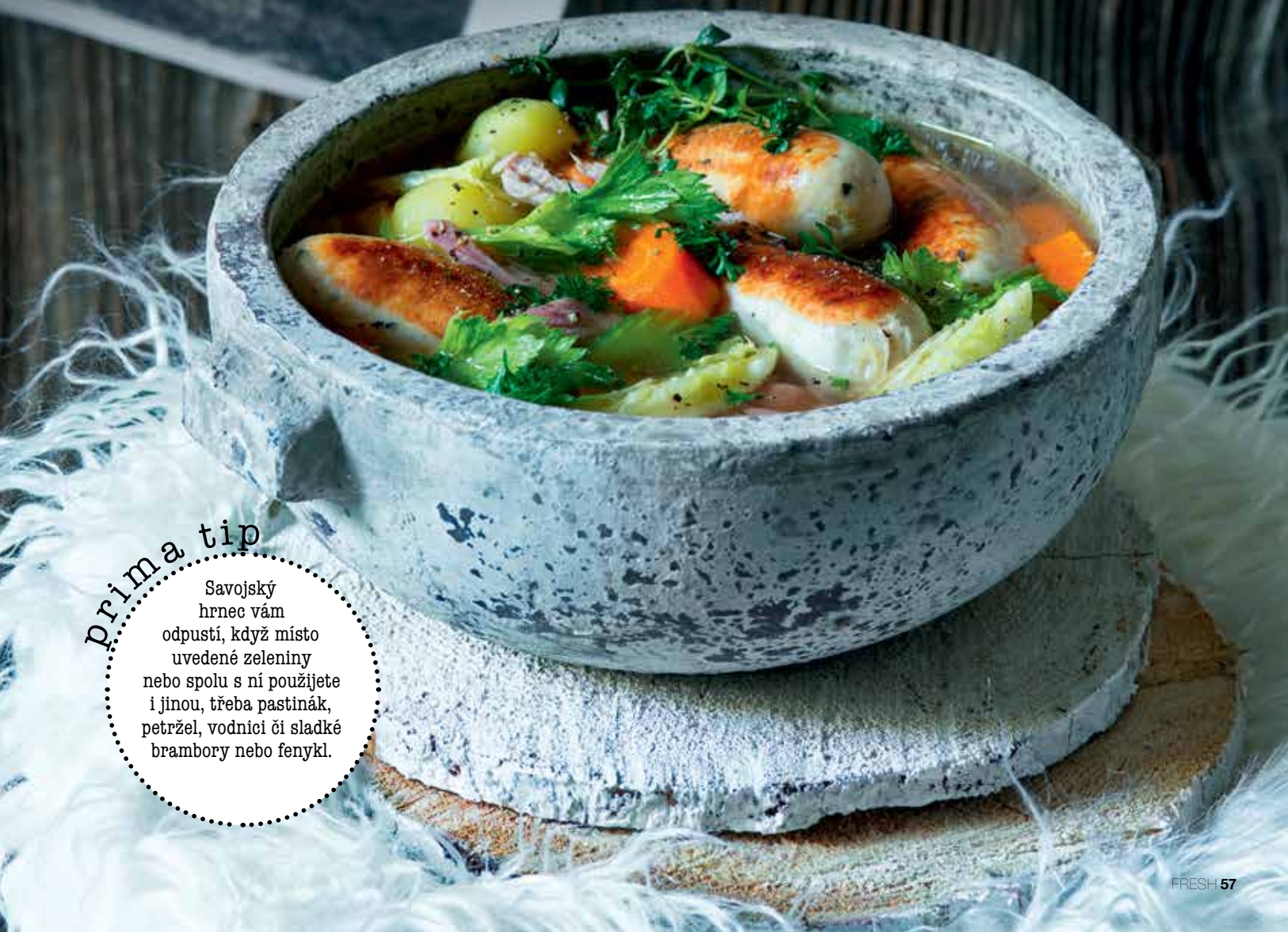
- 1 lžíce olivového oleje • 1 velká cibule
- 6 kvalitních klobásek, ideálně měkkých italských
- 450 g vepřového ramínka • 1 velké nebo 2 malá uzená kolínka
- 3 l vody • 1 bobkový list • 4 mrkve • 3 řapíky celeru
- několik snítek čerstvé petržele a tymiánu + lístky na dokončení
- 450 g malých pevných brambor, nejlépe žlutomasých
- 400 g máslové dýně • ½ hlávky kapusty • 2 pórky
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 V silnostěnném, velkém a nejlépe litinovém kastrolu rozehřejte olej. Cibuli neloupejte a rozkrojte ji podélně až ke kořínku. Řeznou plochou ji položte do kastrolu, přidejte klobásky a za občasného obrácení je opékejte asi 8 minut, až zezlátnou ze všech stran. Klobásky vyndejte na talíř a cibuli nechte v kastrolu.

2 Ramínko důkladně osolte a opepřete, přidejte do kastrolu spolu s uzeným a zalijte vodou. Bylinky svažte dohromady kuchyňským provázkem, přidejte k masu a vodu uveďte k varu. Pak teplotu snižte a mírným varem přikryté vařte asi 1 hodinu 15 minut. Ze začátku sbírejte z povrchu tvořící se pěnu.

3 Až maso změkne, vyndejte ho z hrnce a nechte ho trochu vychladnout. Brambory oloupejte a ponechte v celku, mrkve oškrábejte, celer oloupejte a obojí nakrájejte šikmo na větší kousky. Dýni oloupejte a rozkrájejte na kousky, kapustu rozkrojte podélně na čtvrtky, pórek promyjte a nakrájejte na kolečka. Vše přidejte do vývaru a povařte asi 15 až 18 minut, až zelenina změkne.

4 Maso mezitím zbavte všech tukových vrstev, kůže, šlach a případných kostí a natrhejte ho na úhledná vlákna. Vraťte ho do kastrolu spolu se šťávou, kterou pustilo, přidejte opečené klobásky, vše posypte lístky bylinek a podávejte, nejlépe s tousty zapečenými se sýrem.



prima tip

Savojský hrnec vám odpustí, když místo uvedené zeleniny nebo spolu s ní použijete i jinou, třeba pastinák, petržel, vodnici či sladké brambory nebo fenykl.

Jídla z hor vždy vznikala především z toho, co měli tamní obyvatelé po ruce a v zásobách v období, kdy někdy trávili i několik měsíců odříznutí od světa. Silnice, sněžné pluhy, lanovky a tunely byly ještě v nedohlednu. Vařilo se tedy převážně z brambor, mouky, luštěnin, bytelné zimní zeleniny a sporadicky z masa, většinou konzervovaného uzením či sušením, a také z ulovené zvěřiny. Velký prostor dostávaly i sýry z mléka dobytka, který se po zbytek roku pásl na horských loukách. Recepty pocházející z pohoří nejrůznějších koutů kontinentu si tak bývají v něčem podobné.

KOLÁČ CHOLERA

Zůstaňme ještě ve švýcarských (vele)horách. Některé tamní oblasti bývaly v zimě opravdu zcela odříznuté od světa, obyvatelé si proto dělali co největší zásoby. Tradice říká, že když někde vypukla cholera a podobná onemocnění, byli postižení nuceni vůbec ze své chalupy nevycházet a vařit mohli jen z toho, co doma měli, případně jim soucitní sousedé občas něco přinesli z vlastního. Tak vznikl i slaný koláč trochu děsivého názvu, ale naprosto skvostné chuti.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 2 HODINY

- 750 g brambor, nejlépe lojovitých
- 2 velké pórky
- 110 g anglické slaniny
- 3 lžíce rostlinného oleje
- 1 malé zelí nebo kapusta
- 1 lžička sušeného tymiánu
- 3 velká jablka nebo hrušky nebo obojí
- 1 balení listového nebo křehkého slaného těsta
- 500 g sýru typu gruyère či ementál
- sůl a čerstvě namletý pepř
- olej na vymazání formy

1 Brambory oloupejte a uvařte v celku v mírně osolené vodě doměkka. Slijte je a nakrájejte na plátky nebo malé kousky. Mezitím odkrojte z pórků kořínky, podélně je rozkrojte a dobře propláchněte. Nakrájejte je na půlkolečka.

2 Slaninu nakrájejte na kostičky a vyškvařte ji na 1 lžíci oleje dokřupava. Vyjměte ji a odložte. Do pánve přilijte další lžíci oleje a smažte pórky, až zvláční a lehce ztmavnou. Dejte je stranou ke slanině.

3 Zelí či kapustu nakrájejte na proužky. Do pánve přilijte další olej a osmažte je doměkka a dozlatova. Pak je přesuňte ke slanině. Směs osolte a opepřete a vmíchejte tymián.

4 Jablka či hrušky oloupejte, vykrojte jádřinec a nakrájejte dužinu na plátky. Několik hezkých plátků si dejte stranou na ozdobu. Troubu předehřejte na 175 °C.

5 Odepínací koláčovou formu o průměru 23 cm nebo mělký kastrol lehce vymažte olejem a vyložte těstem. Případně vytvořte ozdobné okraje. Na dno rozložte polovinu plátků brambor, na ně dejte polovinu jablek, posypte polovinou strouhaného sýru a polovinou slaninové náplně s pórky a zelím. Vrstvení zopakujte, navrch rozložte hezké plátky jablek.

6 Pečte dozlatova, trvá to 45 minut až 1 hodinu. Pokud jablka na povrchu příliš rychle hnědnou, přikryjte formu volně alobalem. Před podáváním nechte trochu vychladnout ve formě, pak koláč vyndejte. Podávejte v pokojové teplotě nebo i studený.

prima tip

Těsto na koláč se pochopitelně původně nekupovalo, dnes je to mnohem jednodušší. Máte-li ale jakékoliv oblíbené těsto, klidně ho použijte. Koláč se povede třeba i z těsta na pizzu.

Oblast, jíž prošla římská vojska a kde k oficiálním jazykům patří i varianta rétorománštiny, jež se vyvinula z vojácké latiny, se stala koncem 18. století opět dějištěm bojů. Tehdy se sem horskými průsmyky z Itálie proplížily vyhladovělé zbytky Suvorovovy armády, která předtím vytlačovala Napoleonova vojska ze severní Itálie, ale došly jí síly. Nastala zima, vojáci museli přezimovat, kde se dalo, země byla vyplundrovaná, dobytek zabit, obyvatelé zubožení… Traduje se, že si jedna z nebohých hospodyň vzpomněla na mangold, používaný jako krmivo pro dobytek, a objevila pár zmrzlých listů pod sněhem u chléva. Skromné zbytky zásob včetně jednoho vyhublého kapouna, po kterém pak jídlo pojmenovala, natáhla pomocí těstíčka, zabalila do mangoldu a uvařila. Variace na tohle jídlo pak pomohla graubündenským přežít a capuns se staly tamním národním jídlem. Dnes se plní i rybami a mořskými plody, exotickými přísadami, pouze zeleninou, jako suši, existují i nasladko… V jejich přípravě se pořádají i soutěže, na školách i mezi předními švýcarskými šéfkuchaři.

CAPUNS

To, co jsou pro balkánskou kuchyni zelné, kapustové či vinné závitky (a pro Japonsko suši), to jsou pro švýcarský kanton Graubünden capuns. Za obal slouží listy mangoldu, náplň, obvykle spojená moučným těstem, ale třeba i tvarohem, má možná stovky variací, které spojuje právě jen obal. Capuns se podávají povařené, zapečené, s omáčkou i bez. A vždycky jsou dokonalé a také dokonalým příkladem jídla z nouze ctnost, které se stalo vyhlášenou dobrotou s bezpočtem možných verzí.

4–6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: 1,5 HODINY

- listy mangoldu, případně zelí či kapusty
- 150 g hladké mouky • 2 vejce
- 50 ml mléka rozmíchaného v troše vody
- 1 lžička soli
- 150 g parmské šunky nebo pršutu
- 1 pikantní klobáska
- 100 g bílého pečiva bez kůrky
- 1 cibule • 40 g másla
- petrželka, pažitka, bazalka, máta
- zhruba 1 l vývaru na uvaření
- máslo na vymazání a pokladení
- nastrouhaný parmazán
- 200 ml smetany ke šlehání (33%)

1 Z listů mangoldu vykrojte košťál (ten použijte třeba na vývar) a listy krátce povařte ve vroucí vodě, až zvláční.

2 Z mouky, vajec, mléka a soli umíchejte těsto a nechte ho asi 30 minut odpočívat.

3 Šunku, klobásku a pečivo nakrájejte na drobné kostičky, oloupanou nakrájenou cibuli a kostičky pečiva osmažte na másle a nechte vychladnout. Vše vmíchejte do těsta spolu s polovinou nakrájených bylinek. Vývar uveďte do varu.

4 Kousky těsta tvarujte do válečku, pečlivě ho zabalte do listu mangoldu jako balíček a spíchněte párátkem. Hrnec s vývarem sundejte z plotýnky, vložte do něj capuns a nechte je v horkém vývaru 20 minut táhnout. Troubu předehřejte na 250 °C.

5 Okapané závitky pak po délce skládejte do pekáčku vymazaného máslem, posypte je zbytkem nakrájených bylinek, parmazánem a kousky másla. Zakapejte trochou vývaru promíchaného se smetanou, vložte do trouby a asi 15 minut zapékejte.

TYROLSKÉ KNEDLÍKY

Oblast Alto Adige nebo též Jižní Tyrolsko je domovem velice pestré a mnoha kulinárními vlivy protkané kuchyně. Za takřka národní jídlo se tu považují canederli, což je pokus italštiny o adaptaci německých, případně rakousko-uherských Knödel. Prostě knedlíky, ovšem v tomto provedení tak bytelné, že se podávají jako hlavní jídlo ve vývaru.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT + ODPOČÍVÁNÍ TĚSTA

KNEDLÍKY

- 150 g staršího bílého pečiva bez kůrky
- 2 lžíce mléka • 2 lžíce olivového oleje
- 100 g uzené pancetty nebo anglické slaniny
- 1 cibule • 50 g klobásky • 1 vejce • 1 svazek petrželky
- špetka nastrouhaného muškátového oříšku
- 1 lžíce hladké mouky • sůl a čerstvě namletý pepř

DOKONČENÍ

- 1 l vývaru • 4 lžíce nadrobno nasekané pažitky

1 Pečivo nakrájejte na kostičky a v míse zakapejte mlékem. Přikryté nechte nejméně 1 hodinu stát.

2 V pánvi osmažte na troše oleje na kostičky nakrájenou slaninu, až zprůsvitní, ale nenechte ji zkřupavět. Pak vsypte na kostičky nakrájenou cibuli a také ji trochu osmažte. Vsypte do mísy k namočenému pečivu.

3 Směs promíchejte, přidejte nakrájenou klobásu, ušlehané vejce, dochuťte muškátovým oříškem, zapracujte nakrájenou petrželku, mouku a směs osolte a opepřete.

4 Namočenýma rukama tvarujte ze směsi kulaté knedlíky – měli byste jich vytvořit asi 12 – a dobře je upěchujte.

5 Vývar uveďte do varu, vkládejte knedlíky, teplotu trochu snižte a knedlíky vařte zhruba 15 minut. Podávejte je ve vývaru posypané nakrájenou pažitkou.

TRENTINSKÝ GULÁŠ

Nepochybně se v něm odráží tradice mocnářství, které kdysi zasahovalo i na sever Itálie, ale integrace do italské kuchyně znamená i mnohé drobné chuťové zajímavosti a také neobvyklý způsob vaření omáčky v prvním kroku zvlášť.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: NAD 2 HODINY

- 500 g cibule • 100 g sádla • 2 lžíce másla • 150 ml vína Tramín
- 3 lžíce olivového oleje • 1 lžíce mleté papriky
- 800 g hovězího, vepřového a telecího masa (celkem)
- zhruba 500 ml vývaru • sůl a čerstvě namletý pepř

OMÁČKA

- 1 svazek petrželky • 1 řapík celeru • špetka kari koření
- 1 bobkový list • 1 snítka rozmarýnu • 3–4 kuličky jalovce
- 2 lžíce hladké mouky • 750 ml vývaru
- máslo na dokončení • sůl a čerstvě namletý pepř

1 Cibuli oloupejte a nakrájejte na hrubší kostičky. Smažte ji ve velkém kastrolu na směsi sádla s 1 lžící másla a 1 lžící oleje, až zprůsvitní, ale nenechte ji zabarvit. Maso nakrájejte na stejné kousky a vsypte je k cibuli.

2 Promíchávejte, aby se maso opékalo ze všech stran. Papriku rozmíchejte ve víně, přilijte k masu a promíchávejte, až se víno odpaří. Podlijte vývarem, přikryjte a při velmi mírné teplotě duste asi 30 minut.

3 Mezitím v jiném kastrolu rozehřejte zbylý olej s máslem, vsypte nadrobno nakrájenou petrželku a celer, kari, bobkový list, několik lístků rozmarýnu a kuličky jalovce. Osolte a opepřete.

4 Zaprašte moukou, krátce osmažte a zalijte vývarem. Při velmi mírné teplotě vařte omáčku asi půl hodiny, pak ji vlijte k masu a společně duste ještě asi 1 hodinu, až bude maso úplně měkké.

PLNĚNÝ BRAMBORÁK

Přesněji řečeno rösti – tahle švýcarská bramborová placka má svá pravidla přípravy a i v neplněném stavu je hezky vysoká a přes celou pánev. Když ale venku mrzne, vážně se bude hodit ještě teplá vycpávka v podobě slaniny a sýra. Vymazlený postup s dvojím smažením pak učiní z prostého bramboráku po švýcarsku dokonalou lahůdku.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT

- 1 cibule, nejlépe bílá
- 200 g anglické slaniny
- 80 ml rostlinného oleje
- 200 g nastrouhaného sýra (dobrá je směs ¾ mozzarelly a ¼ halloumi)
- 1,2 kg brambor, lépe lojovitých
- 2 lžičky práškového kuřecího bujonu
- 60 g másla
- 1 lžíce nakrájené pažitky

1 Cibuli oloupejte a nakrájejte nadrobno, slaninu nakrájejte na kostičky. Do rozehřáté pánve (ideální je průměr 28 cm) vlijte 2 lžíce oleje. Vsypte slaninu a cibuli a smažte, až se rozvoní a slanina bude křupavá. Dejte stranou a pánev vytřete. Směs slaniny promíchejte s nastrouhaným sýrem.

2 Mísu vyložte papírovou utěrkou, aby odsála tekutinu z brambor. Oloupejte je a nastrouhejte do mísy. Pánev znovu rozehřejte na středním stupni, vlijte trochu oleje a nastrouhané brambory po částech zlehka osmažte – nemají zezlátnout, ale zvláčnět. Odkládejte je do mísy a okořeňte trochou práškového bujonu.

3 Pánev vytřete dosucha a znovu ji rozehřejte. Dejte do ní polovinu másla a 3 lžíce oleje, promíchejte a vsypte dvě třetiny osmažených nastrouhaných brambor. Dobře je v pánvi přitiskněte a umačkejte, aby vytvořily pevnou placku. Při okrajích dejte ještě trochu nastrouhaných brambor.

4 Do středu placky rozestřete směs se slaninou a sýrem a přikryjte ji zbylými nastrouhanými bramborami. Obracečkou přitlačte a uplácejte okraje placky tak, aby byly pevné a spojené. Opékejte asi 10 minut, a až bude spodní strana placky opečená dozlatova a pevná, placku obraťte nejlépe pomocí talíře – položte ho na pánev, obraťte ji, a placku tak celkem pohodlně vyklopte.

5 Do pánve dejte zbylé máslo a olej a placku opékejte dalších 10 minut, až bude celá zlatá a křupavá. Ihned podávejte posypané pažitkou.

gorenje
Life Simplified

SE UPEČE JAKO OD ITALA A VY SE MÁTE

CHYTRÉ TROUBY
GORENJE **OptiBake**

SE PODÍVEJTE! ›

Více na gorenje.cz

Na skok k Vikingům

OSLO

KDYŽ SE ŘEKNE NORSKO, VĚTŠINA Z NÁS SI PŘEDSTAVÍ STATNÉ BOJOVNÍKY SE SEKYROU V RUCE, KTERAK S RYKEM VYSKAKUJÍ Z DRAKKARŮ A ÚTOČÍ NA „CIVILIZOVANOU EVROPU“. AČKOLI V HLAVNÍM MĚSTĚ NORSKA OSLU NAJDEME ŘADU MÍST, KTERÁ VZDÁVAJÍ HOLD TÉTO DOBRODRUŽNÉ HISTORII SEVERSKÉ ZEMĚ A JEJÍCH OBYVATEL, JEDNÁ SE DNES O MODERNÍ KOSMOPOLITNÍ MĚSTO S NEMÉNĚ PESTROU GASTRONOMIÍ.

Norsko sice patří díky bohatým nalezištím ropy a zemního plynu mezi nejbohatší země světa, běžný návštěvník Osla to však na první pohled nepozná. Ať už přijedete osobním vozidlem, či se do centra města přesunete po přistání pomocí vlakového spoje, překvapí vás pro Nory typická skromnost. Ta se odráží nejen v architektuře či oblékání, ale samozřejmě také v jídle. Našinec by některé jejich stravovací návyky dokonce mohl označit za skandálně nudné.

Milovníci hnědého sýra

Typickou norskou pochoutkou hned po probuzení bývá kromě kaší obyčejný chléb namazaný máslem a obložený jediným plátkem hnědého sýra nazývaného norsky brunost. Jedná se o mléčný výrobek ze syrovátky, mléka a smetany, jehož pro mnohé neatraktivní tmavé zbarvení je způsobené karamelizací mléčného cukru během dlouhého vaření. Norové si ho většinou sami krájejí z větších bločků pomocí sýrového kráječe, ti lenivější pak v obchodech pořizují plátkovou verzi. Tu ostatně ocení i v pozdější fázi dne. Brunost je totiž oblíbenou součástí norského obědového menu.

Pakliže jste si nyní představili vousatého Nora nad sýrovým prkénkem, jak se labužnicky kochá přehlídkou kravského, kozího i ovčího sýra, urychleně své chuťové pohárky (po sýrech i Norovi) umírněte. Norové jsou nechvalně proslulí nejnudnějšími obědy světa, jež se v pestrosti složení mohou vyrovnat snad jen nenápaditým stravovacím návykům Holanďanů. Typický norský oběd se skládá z obloženého chleba, jemuž místní říkají matpakke – „balený oběd“. Tedy krajíce dle vlastního výběru, na nichž se zpravidla objeví vrstva másla, jíž doplní játrová paštika, šunka, lososová či kaviárová pasta nebo již zmíněný sýr brunost. Nikoli však dohromady, jak jsme zvyklí z amerických sendvičů typu BLT, ale individuálně. Jako byste si dělali chléb s máslem a marmeládou. Typický Nor si krajíců připraví k obědu více (dva či tři). Aby se mu náplně nesmíchaly, namazané chleby odděluje voskovaným papírem a celý oběd následně zabalí do úhledného balíčku.

Za kávou a sladkostmi

Norové (a pro obyvatele Osla to platí dvojnásob) začínají gastronomicky výrazně žít až s odpoledními hodinami, jejichž nedílnou součástí je návštěva kaváren. Podle nejnovějších průzkumů si dopřeje šálek kávy 9 z 10 dospělých Norů, přičemž dvě třetiny z nich potřebují dávku kofeinu každý den. Není divu, že je právě Oslo považováno za pomyslnou mekku severské kávové kultury a v minulosti přilákalo do svých ulic baristické odborníky a nadšence. Dokonalou ukázkou jsou mikropražírny a espresobary Tim Windelboe, které vede stejnojmenný mistr světa v baristice. V kavárnách nabízí typické norské

TEXT A FOTO PETR SEMECKÝ

sladké pečivo, svou nabídku mění podle ročních období a specializuje se na unikátní drinky na bázi espresa. Nás ale pobavila i kavárna Neongrut, jež kromě tradičních druhů kávy nabízí i nápoje kombinující více dávek espresa s filtrem pro opravdu velké drsňáky. Vždyť se také nejsilnější nápoje v nabídce jmenují Chuck Norris a Bruce Lee!

Průměrný turista však za kávou vyrazí spíše do franšíz Godt Brød či Åpent, v nichž lze těžko odolat některé ze sladkých dobrot.

Naším favoritem je vedle obligátních skořicových pletenců nadýchaný „školní koláček“, skolleboller – kynuté kardamomové pečivo s kokosovým okrajem, z jehož středu se usmívá bohatá dávka vanilkového pudinku. S doplněnou energií je mnohem snazší prozkoumávat úchvatné Munchovo muzeum, chystat se do oceňované budovy Grand opery (Operahuset) nebo si jen vyrazit číst do moderní veřejné knihovny.

(Nejen) námořnická kuchyně

Chuť na sytější stravu se u Norů probouzí až v pozdních odpoledních hodinách. Jídelníček národa, z jehož řad vzešel dobrodruh Thor Heyerdahl, v tomto případě příliš nepřekvapí. Ano, středobodem jsou především ryby a mořské plody. Rybáren nicméně v centru Osla mnoho nenajdete (doporučit každopádně můžeme Fiskeriet Youngstorget), koncentrují se totiž v přístavu, kde vůni čerstvých úlovků doplní i úchvatný pohled na fjord a přilehlé ostrovy.

Norové si obecně pochutnají na tresce, makrele a samozřejmě i lososu, které obvykle pečou, smaží či udí. Oblíbenými způsoby úpravy jsou také polévky či rybí koláče. Z mořských plodů nemohou chybět mušle a samozřejmě ani krevety. Ty průměrný Nor většinou jen uvaří, oloupe a během diskuse o na severu nesmírně rozšířené elektromobilitě konzumuje s chlebem a majonézou. Ostatně chléb a pečivo jsou výrazným zdrojem severských sacharidů, v závěsu za nimi jsou pak brambory.

Stejně jako jejich předci z řad udatných válečníků, tak i moderní Norové mají rádi červené maso. Mezi oblíbené druhy patří hovězí, vepřové a také pro seveřany typické sobí a losí maso. Norové si potrpí na masové kuličky, žebírka, kotlety, steaky či burgery. V chladných měsících se rádi ohřejí dušeným masem s kořenovou zeleninou. Zapít ho samozřejmě musejí lahví řemeslné piva.

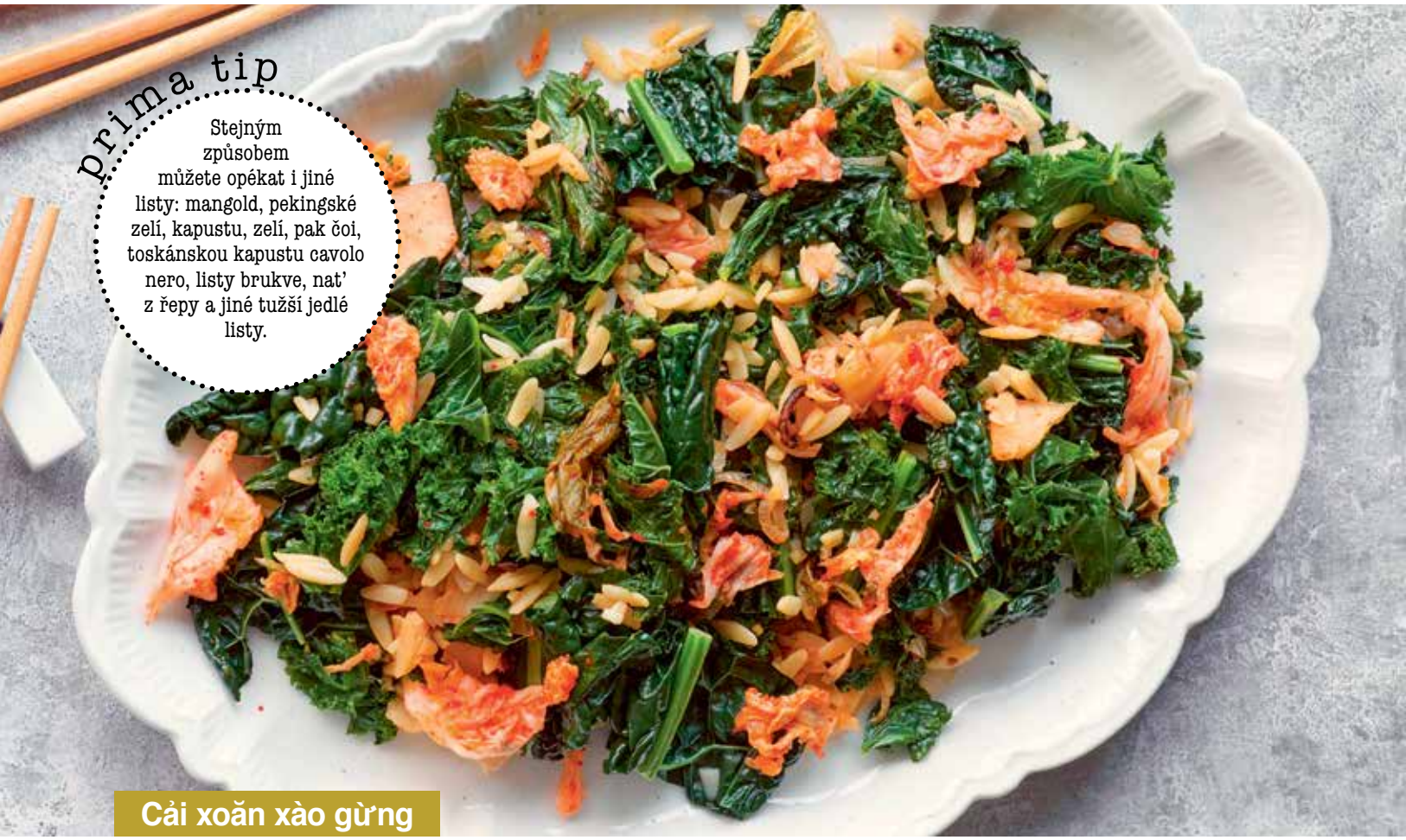
Za kvalitní gastronomií Osla nemusíte nutně chodit do proslavených michelinských podniků jako Statholdergaarden a Kontrast. Většina místních obyvatel si bohatě vystačí s návštěvami stravovací haly Mathallen, která nabízí přes 30 specializovaných obchodů, kaváren a restaurací. Mladší generace ráda navštěvuje i blíže centru položený food court Oslo Street Food, v němž se kromě tradiční norské kuchyně výrazněji projevuje kosmopolitní nátura města. Snadno tak uspokojíte chuť i po mexické, havajské, thajské či čínské kuchyni, kterou zde připravují imigranti. A když budete chvíli brouzdat po městě, zjistíte, že se zde dá sehnat i fantastický burek.

Nejlepším obdobím pro návštěvu Osla je obvykle léto. Pokud vám však nevadí nižší teploty, ani jarní měsíce a počátek podzimu nejsou k zahození. Sice si během teplých měsíců příliš neužijete pohledy na zasněžené skokanské můstky v Holmenkollenu, můžete však s místními vyrazit do parku na odpočinkovou grilovačku. Stačí si pořídit v supermarketu jeden z jednorázových grilů, přihodit do košíku steak či klobásky – a budete mít na Oslo autentické vzpomínky, které vám budou sousedi závidět. Jen buďte slušní a nezapomeňte po sobě uklidit.

Zdraví celou zimu

RECEPTY Z VIETNAMU

CHCETE ZŮSTAT FIT AŽ DO JARA? DOSTATEČNĚ SPĚTE, ALESPOŇ DVAKRÁT TÝDNĚ SE HÝBEJTE, BUĎTE HODNĚ VENKU A DOBŘE JEZTE S VAŠIMI MILÝMI. BRAVURNĚ TO ZVLÁDAJÍ VE VIETNAMU, KDE V JEDNO ROČNÍ OBDOBÍ MAJÍ RŮZNÉ POČASÍ I TEPLOTU A NIKDY NESTOLUJÍ SAMI. INSPIRUJTE SE VOŇAVÝMI HŘEJIVÝMI JÍDLY PLNÝMI BYLINEK, KOŘENÍ A VÝVARU, KTERÝ JE SKUTEČNÝM ELIXÍREM ŽIVOTA.



prima tip

Stejným způsobem můžete opékat i jiné listy: mangold, pekingské zelí, kapustu, zelí, pak čoi, toskánskou kapustu cavolo nero, listy brukve, nat' z řepy a jiné tužší jedlé listy.

Cải xoăn xào gừng

KADEŘÁVEK SE ŠALOTKAMI, ZÁZVOREM, KIMČI A TĚSTOVINOVOU RÝŽÍ ORZO

Kadeřávek si už pomalu zvyká na pozornost gurmánů, ale málokterý odvážlivec mu svěří hlavní roli. V tomto případě mu zdatně sekunduje pikantní kimči a štiplavý zázvor a o sytost se postará těstovinová rýže orzo. Můžete ji však vynechat a podávat jen tak nebo kadeřávek doplnit rýží.

2–4 PORCE
PŘÍPRAVA: 30 MINUT

- 50 g těstovinové rýže orzo
- 2 šalotky • 30 g čerstvého zázvoru
- 250 g kadeřávku • 1 vrchovatá lžíce kimči
- ½ lžíce rostlinného oleje • 10 g másla
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Orzo uvařte podle návodu na obalu doměkka, slijte a ponechte si třetinu hrnku horké vody (75 ml).

2 Mezitím oloupejte šalotku a zázvor a nakrájejte šalotku na plátky a zázvor najemno. Kadeřávek propláchněte a nakrájejte na 2cm proužky. Kimči nakrájejte na 5mm plátky.

3 Ve velké hlubší pánvi rozehřejte olej na středním stupni. Přidejte šalotky a zázvor a restujte je dozlatova. Vmíchejte máslo, a jakmile se rozehřeje, vsypte kadeřávek. Pánví natřásejte, aby kadeřávek zavadl, nebo ho občas promíchejte.

4 Přilijte uchovanou horkou vodu z těstovin, nechte 30 vteřin odpařovat a přimíchejte kimči. Osolte a opepřete, nechte odpařit zbylou tekutinu a vmíchejte uvařené orzo. Ihned podávejte.

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A KRISTINA ZÁBRODSKÁ

Bún bò huế

HOVĚZÍ POLÉVKA S NUDLEMI A CITRONOVOU TRÁVOU

Recept na tuto silnou polévku pochází z Hue, bývalého císařského města, přes které prošla za vietnamské války třikrát fronta a kompletně ho zničila. Dnes je zrekonstruováno do své původní podoby a tento vývar si dáte v každém bistru. Příprava této polévky trvá dlouho, ale právě přesný postup a množství surovin dělají z obyčejné polévky léčivý klenot, který výborně chutná – samotný i s nudlemi a extra porcí zeleniny a bylin.

6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: NAD 3 HODINY

VÝVAR

- 5 l vody
- 1,5 kg vepřového kolene, nožiček nebo kostí
- 1,5 kg hovězích žeber
- 2 velké kusy hovězí oháňky
- 2 lžíce soli • 1 velká cibule
- 10 citronových trav
- 1 ředkev daikon (asi 15 cm)
- 60 g kandysového cukru
- ½ palice česneku • 2 šalotky
- 1 lžíce rostlinného oleje
- ½ lžíce chilli koření • 1 lžíce chilli oleje
- 1–1½ lžíce krevetové pasty
- 1–2 kostky hovězího bujonu (lze vynechat)
- 2–3 lžíce rajčatového protlaku
- 4–5 lžic rybí omáčky

K PODÁVÁNÍ

- 250 g rýžových tenkých nudlí vermicelli (1,6 mm)
- 2 jarní cibulky • asi ½ červené cibule
- 8 snítek thajské bazalky bez stonků
- 8 snítek vietnamského koriandru (lze vynechat)
- 40 g sójových výhonků (lze vynechat)
- 2 limety • 2 chilli papričky ptačí oko

1 Ve velkém hrnci přiveďte k varu polovinu vody. Ponořte do ní maso a kosti a přidejte 1 lžíci soli. Znovu přiveďte k varu, vařte 5 minut, až na hladinu vystoupí pěna, a pak slijte. Tak bude vývar čirý. Maso a kosti opláchněte a hrnec umyjte. Do hrnce nalijte zbylou vodu a přiveďte ji k varu.

2 Cibuli seřízněte na obou koncích, aby stála. Šest stonků citronové trávy nasekejte nahrubo a naklepejte plochou stranou nože. Ředkev omyjte a rozpulte. Vše opečte nasucho na rozehřáté grilovací pánvi.

3 Opečenou zeleninu dejte i s masem, kostmi, solí a cukrem do hrnce. Znovu přiveďte k varu, přiklopte, ztlumte teplotu a vývar vařte 2½ hodiny. Občas odstraňte pěnu, která se objeví na hladině.

4 Uvařené maso vyjměte a vložte do mísy. Zalijte ho studenou vodou a nechte ho v ní 10 minut, pak vodu slijte a maso nechte vychladnout. Nudle namočte do vlažné vody.

5 Mezitím oloupejte česnek a stroužky nakrájejte najemno, šalotky oloupejte a nakrájejte na plátky. Zbylou citronovou trávu nasekejte na kostičky. V malé pánvi rozehřejte rostlinný olej a orestujte česnek, šalotku, citronovou trávu a chilli koření dozlatova. Přilijte chilli olej, promíchejte a odstavte.

6 Do vývaru přidejte krevetovou pastu, případně kostky hovězího bujonu, rajčatový protlak a rybí omáčku a ochucený olej z pánve. Promíchejte, přiveďte vývar k varu a vařte bez pokličky 20 minut.

7 Mezitím připravte oblohu. Jarní cibulku nakrájejte na tenké plátky. Cibuli oloupejte a nakrájejte také na tenké plátky. Lístky bazalky a koriandru otrhejte. Sójové výhonky povařte 30 vteřin ve vroucí vodě, pokud je chcete blanšírovat. Limety nakrájejte na klínky. Chilli papričky nakrájejte na plátky, případně je předem zbavte semen.

8 Maso z žeber nakrájejte na 3 mm plátky, maso z oháňky oberte. Vložte ho do čistého hrnce a přiklopte.

9 Namočené nudle slijte a povařte 30 až 60 vteřin ve vroucí vodě. Slijte je a rozdělte do misek. Obložte jarními cibulkami, plátky cibule, thajskou bazalkou, koriandrem a sójovými výhonky. Navrch dejte plátky hovězího masa z žeber a maso z oháňky. Vroucím vývarem přelijte nudle a ostatní suroviny v misce tak, aby vše bylo ponořené. Podle chuti zakápněte limetovou šťávou a přidejte další bylinky a chilli papričky.

Bò kho

POMALU VAŘENÉ HOVĚZÍ S CITRONOVOU TRÁVOU, BADYÁNEM A KOŘENOVOU ZELENINOU

Vůní a barvami připomíná známou polévku phở, ale kokosová voda s vývarem se během dlouhého vaření vsáknou do masa a zeleniny, a vy tak podáváte měkké kousky hovězího s bramborami a mrkví. Kořenovou zeleninu můžete obměnit podle zásob v lednici nebo sezony. Pokrm můžete doplnit plochými rýžovými nudlemi či rýží. Výborně chutná i druhý den.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: DO 3 HODIN

- 450 g krátkých žeber bez kostí
- 1 cibule
- 2 řapíky celeru
- 15 g čerstvého zázvoru
- 2 citronové trávy
- 2 stroužky česneku
- 2 lžíce rostlinného oleje
- 1 lžička mletého koriandru
- 1 lžička mletého římského kmínu
- 300 ml kokosové vody (nebo vody)
- 300 ml hovězího nebo kuřecího vývaru phở
- 4 hřebíčky
- 8 badyánů
- 1 svitek skořice
- 400 g brambor
- 300 g mrkve
- 1 lžička krupicového cukru
- 2 lžíce rybí omáčky
- 60 g cukrového hrášku
- chilli vločky (lze vynechat)
- čerstvě namletý černý pepř

K PODÁVÁNÍ

- 2–4 hrsti lístků thajské bazalky
- 2–4 hrsti čerstvého koriandru
- klínky limety nebo citronu

1 Maso nakrájejte na kostky o velikosti sousta. Cibuli oloupejte a nakrájejte nahrubo, celer nakrájejte na 1cm plátky. Zázvor oloupejte a nastrouhejte. Citronovou trávu naklepejte plochou stranou nože, aby změkla, pak ji nasekejte najemno. Česnek oloupejte a nakrájejte na plátky.

2 Na vyšším stupni rozehřejte široký kastrol. Vlijte do něj 1 lžíci oleje, vsypte maso a opékejte ho 2 až 3 minuty za občasného míchání, aby ztmavlo a ze všech stran se lehce opeklo. Vyjměte ho na talíř. Zmírněte teplotu, přilijte zbylý olej a vsypte cibuli, celer, zázvor i citronovou trávu. Restujte zhruba 5 minut doměkka a dozlatova. Přimíchejte česnek, mletý koriandr a římský kmín. Přidejte maso a promíchejte.

3 Přilijte kokosovou vodu a vývar. Přidejte hřebíček, badyán a skořici, přiklopte a polévku vařte na mírném stupni 2 hodiny.

4 Mezitím oloupejte brambory a mrkev a nakrájejte je na kostky, resp. 2,5cm plátky. Pak je přidejte do polévky, ochuťte cukrem a rybí omáčkou. Přiklopte a vařte na nízkém stupni 15 minut, až bude maso měkké.

5 Polévku přiveďte k varu, vsypte do ní cukrový hrášek a vařte ho 5 minut. Podle chuti přidejte chilli vločky. Rozdělte do misek, posypte čerstvě mletým pepřem, thajskou bazalkou a nahrubo nasekaným koriandrem a podávejte s klínky limety nebo citronu.

prima tip

Místo phở vývaru klidně použijte běžný hovězí vývar nebo bílé víno, polévka pak bude trochu slabší nebo nakyslejší. Nezapomeňte ji na závěr dochutit. Po opečení surovin je můžete přesunout do hrnce pro pomalé vaření nebo tlakového hrnce a ušetřit si práci. Citronovou trávu někdy koupíte pod názvem citronela.

Gà nướng

PEČENÉ KUŘE SE ZÁZVOREM A CITRONEM

Pikantní zázvor, kyselý citron, ostré chilli papričky a sladký lepkavý med společně promění kuřecí stehna ve velice harmonickou večeři, kterou zvládnete i po příchodu z práce. Podobně rozehrají tento pestrý kvartet i kuřecí křídla nebo vepřová žebírka, jen to potrvá trochu déle. Podávejte s dušenou rýží a zeleninou podle chuti.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT

MASO
- 5cm kousek čerstvého zázvoru
- 1 lžíce chilli vloček – ostrost zvolte podle své chuti (lze je i vynechat)
- 6 lžic sójové omáčky
- 1 kg kuřecích stehen s kůží
- 2 červené cibule
- 1 chemicky neošetřený citron
- 2 lžíce tekutého medu • 1 lžíce másla

ZELENINA
- ½ brokolice • 10 listů kadeřávku
- 2 hrsti fazolek • 1 šalotka
- 3 stroužky česneku • 1 lžíce másla
- ½ lžíce rostlinného oleje
- sůl a čerstvě namletý černý pepř

K PODÁVÁNÍ
- dušená rýže • sušené chilli papričky
- chilli olej

1 Troubu předehřejte na 200 °C. Zázvor oloupejte a najemno nastrouhejte nebo nasekejte do misky. Přidejte sušené chilli vločky a sójovou omáčku a promíchejte.

2 Stehna rozdělte v kloubu na spodní a horní kousky, větší můžete ještě rozkrojit. Obalte je v marinádě a rozložte v mírných rozestupech do pekáče. Cibule oloupejte a nakrájejte na čtvrtky. Z citronu nastrouhejte najemno kůru do rendlíku a citron nakrájejte na tenčí plátky, které rozdělte mezi maso.

3 Maso pečte v předehřáté troubě 15 minut. Zlehka ho podlijte vodou nebo vypečenou šťávou a pečte ještě 20 minut doměkka. Mezitím uvařte ve vroucí vodě 5 minut brokolici, 3 minuty kadeřávek a fazolky, akorát na skus. Zeleninu sceďte a po chvíli nakrájejte kadeřávek na nudličky, brokolici rozdělte na růžičky a fazolky překrojte na třetiny.

4 Upečené maso vytáhněte, šťávu slijte do rendlíku s citronovou kůrou a pekáč vraťte do trouby. K šťávě přimíchejte med a máslo a zahřívejte ji na středním stupni, až se zhruba třetina tekutiny odpaří.

5 Maso přelijte rovnoměrně medovou omáčkou a nechte ho ještě 5 až 10 minut péct. Zapíchněte špičku nože do nejsilnější části masa, a pokud vytéká ven čirá šťáva, je maso dostatečně upečené. Vytáhněte ho z trouby a nechte v pekáči 5 minut odpočívat.

6 Mezitím oloupejte šalotku a česnek a nakrájejte je na plátky. V hluboké pánvi zahřívejte máslo a olej na středním stupni. Přidejte šalotku a opékejte ji dozlatova, pak vsypte česnek a restujte ho za stálého míchání pár vteřin. Přidejte zeleninu, zlehka ji podlijte vodou, osolte, opepřete a za stálého prohazování v pánvi opékejte 5 minut.

7 Kousky masa podávejte s restovanou zeleninou a dušenou rýží ozdobené sušenými chilli papričkami nebo chilli olejem.

Gà kho gừng

KUŘE NA ZÁZVORU

Slovo kho v názvu odkazuje na techniku, při které se maso nejprve zprudka opeče a pak se pomalu dusí pod pokličkou, aby změklo. Karamel dodá masu sladkost a oblíbenou lepkavost, zázvor štiplavost a chilli papřička pikantnost. Šarmantní hřejivá večeře pro dva nebo pro partu přátel se navíc uvaří skoro bez vašeho dohledu.

2 PORCE

PŘÍPRAVA: 45 MINUT

- 4 jarní cibulky (lze vynechat)
- 2 šalotky
- 4 stroužky česneku
- 400 g vykostěných kuřecích stehen s kůží
- 1½ lžíce kokosového oleje
- 3 lžičky hnědého cukru
- 70 g čerstvého zázvoru
- 150 ml kokosové vody
- 2–4 chilli papričky ptačí oko
- 2 lžíce rybí omáčky
- 1 lžička mletého černého pepře
- dušená rýže k podávání
- salát a zelenina k podávání

1 Jarní cibulky nakrájejte podélně na nudličky, namočte je do studené vody a nechte je zkroutit.

2 Šalotky a česnek oloupejte a nakrájejte šalotky na tlusté plátky a česnek najemno. Maso nakrájejte na kousky o velikosti sousta.

3 Ve větší hluboké pánvi rozehřejte ½ lžíce oleje na mírném stupni. Vsypte šalotky a opečte je dozlatova, pak přidejte česnek a restujte 20 vteřin. Šalotky a česnek vyjměte děrovanou naběračkou do misky, olej ponechte v pánvi.

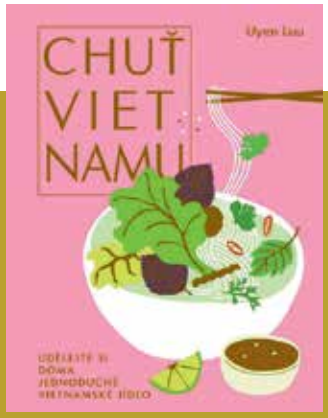
4 Do pánve přilijte zbylý olej, zvyšte teplotu na střední a vsypte cukr. Nechte ho bez míchání zkaramelizovat, trvá to 3 až 4 minuty. Pečlivě ho hlídejte, aby příliš neztmavl. Jakmile zezlátne, přidejte kousky masa a nechte je 2 minuty opékat z jedné strany.

5 Mezitím oloupejte zázvor a nakrájejte ho na nudličky julienne. Maso obraťte, přidejte zázvor a nechte ještě 2 minuty bez míchání smažit. Podlijte kokosovou vodou, přidejte šalotky, česnek, chilli papričky, rybí omáčku a pepř. Pánev přiklopte, ztlumte teplotu a vařte 10 minut. Pak sejměte poklici a vařte ještě 10 až 15 minut, až se odpaří většina tekutiny. Maso by mělo být šťavnaté a omáčka lepkavá.

6 Maso s omáčkou obložte jarními cibulkami a podávejte s rýží a spoustou zeleniny.

prima tip

Chilli papričky ptačí oko, Bird's Eye, rostou po celé jihovýchodní Asii, a tak se nelze divit, že je najdete v téměř každém tamním receptu. Jsou velice dekorativní a dost ostré. Před přidáním do jídla raději kousek ochutnejte. Nespotřebované dejte do mrazáku, při sušení spíše zplesniví.



CHUŤ VIETNAMU

Luu Uyen

Ze všech asijských kuchyní potřebujete na tu vietnamskou nejméně exotických surovin. Stačí jen pár specialit, které koupíte v každé večerce, a z běžných potravin vykouzlíte úžasně voňavé, hřejivé, syté a lahodné pokrmy. Podrobně popsaný postup vás povede krok za krokem. Autorka Luu Uyen spojuje své vietnamské kořeny a chuť dětství se zkušenostmi psaní o jídle. U každého receptu doporučuje různé variace tak, abyste mohli pokrm obměnit nebo uvařit z toho, co zrovna seženete. Vietnamské recepty jsou tak chutné díky vyvážení sladké, kyselé, slané, hořké, ostré a umami chuti a díky této knize se to perfektně naučíte.

Vydalo nakladatelství Slovart.

Xá xíu

VEPŘOVÁ PEČENĚ NA ROŠTU

Představte si nádhernou pečínku s vůní kokosu a zázvoru, s lesklou lepkavou kůrkou a delikátním, chuťově výrazným masem, které překvapuje v každém soustu. Věnujte jí 15 minut, nechte ji dostatečně odpočinout a aplaus zařídí trouba. Plátky vepřového můžete podávat v křupavé bagetě bánh mì s bylinkami, v přehnuté placce bao s omáčkou nebo na dušené rýži se zeleninou vařenou v páře. Marináda skvěle ochutí i kuřecí křídla či stehna nebo vepřová žebírka.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT
+ MARINOVÁNÍ ALESPOŇ 8 HODIN

- 450 g vepřové panenky nebo plece

MARINÁDA

- 50 g krupicového cukru • 2 lžičky soli
- 1 lžička koření pěti vůní • ½ lžičky mletého bílého pepře
- 1 lžička sezamového oleje • 2 lžíce rýžového vína Shaoxing
- 1 lžíce sójové omáčky • 1 lžíce ústřicové omáčky
- 1 lžíce anglické hořčice • 1 lžíce omáčky hoisin
- 2 lžičky kečupu • 1 lžička mletého sušeného česneku
- několik kapek červeného barviva na potraviny (lze vynechat)

GLAZURA

- 2 lžíce medu, kokosového sirupu, javorového sirupu nebo sirupu z agáve
- 1 lžička nastrouhaného zázvoru • 1 lžíce horké vody

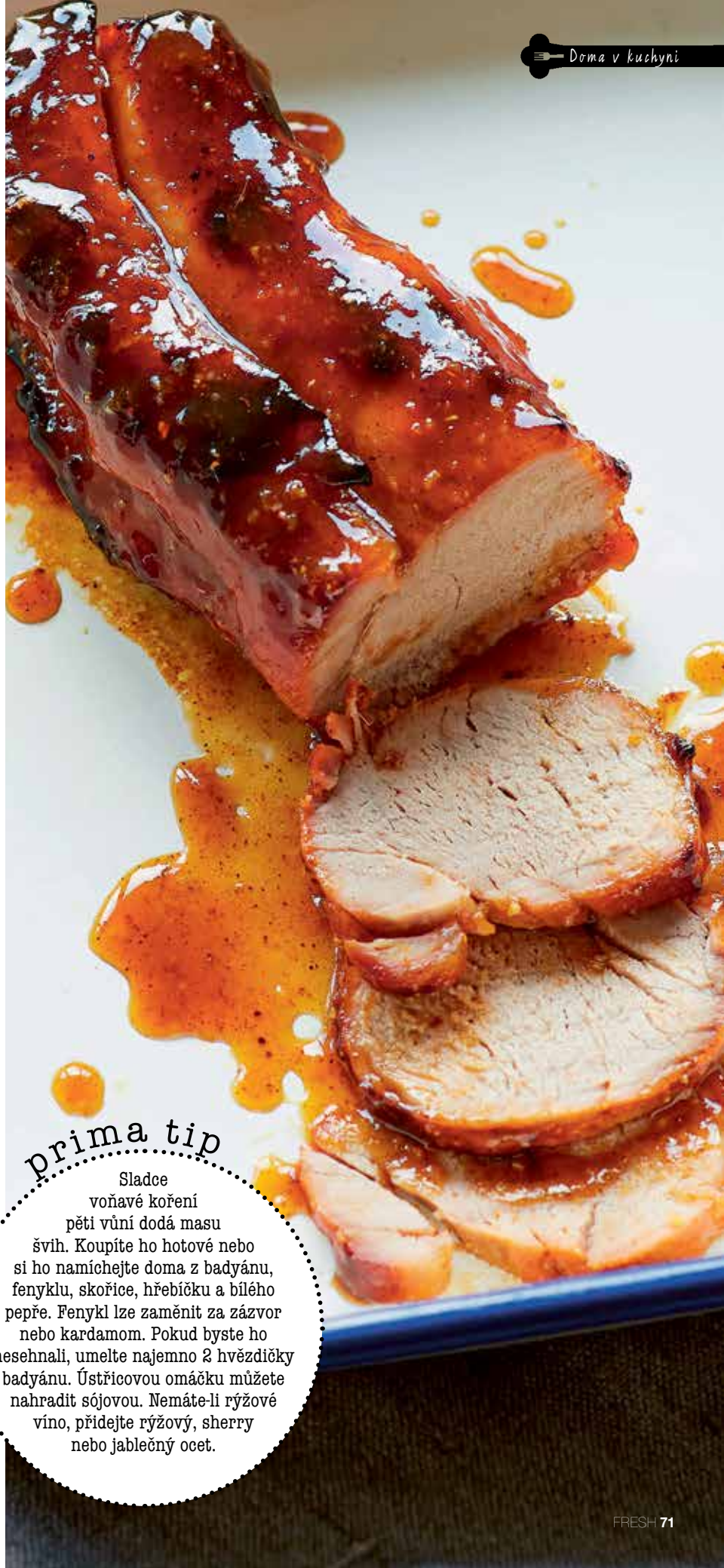
1 Vepřovou panenku dejte do skleněné nádoby s poklicí, plec nakrájejte na plátky silné asi 7,5 cm a vložte je do pekáče.

2 V míse smíchejte všechny suroviny na marinádu. Zhruba 2 lžíce marinády odložte do misky, zakryjte ji potravinářskou fólií a uložte do lednice. Zbylou marinádu vetřete do masa a nechte ho odležet nejméně 8 hodin v lednici.

3 Troubu předehřejte na 250 °C. Pekáč vyložte pečicím papírem a položte na něj kovový rošt. Na rošt dejte maso a do pekáče pod ním nalijte 1 hrnek vroucí vody, tím se nebude v pekáči připalovat odkapávající šťáva a zároveň se maso bude péct v páře. Pečte ho 25 minut. Maso obraťte a pečte ještě 15 minut.

4 Mezitím smíchejte odloženou marinádu s medem nebo vybraným sirupem, nastrouhaným zázvorem a 1 lžící horké vody. Vzniklou glazurou potřete maso štětcem a pečte ho 10 minut. Pak ho znovu potřete a pečte dalších 5 minut. Pozor, ať se maso nespálí.

5 Vyjměte pekáč z trouby, maso potřete ze všech stran glazurou a nechte ho ještě 10 minut odpočívat. Můžete ho podávat horké i studené.



prima tip

Sladce voňavé koření pěti vůní dodá masu švih. Koupíte ho hotové nebo si ho namíchejte doma z badyánu, fenyklu, skořice, hřebíčku a bílého pepře. Fenykl lze zaměnit za zázvor nebo kardamom. Pokud byste ho nesehnali, umelte najemno 2 hvězdičky badyánu. Ústřicovou omáčku můžete nahradit sójovou. Nemáte-li rýžové víno, přidejte rýžový, sherry nebo jablečný ocet.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ

Thịt heo quay

KŘUPAVÝ PEČENÝ BŮČEK

Hit každé párty nebo slavnostní večeře. Základem úspěchu je kus dobrého vepřového bůčku. Při pozvolném pečení dost zmenší svůj objem, doporučujeme tedy vzít výrazně větší kus, než si myslíte, že bude stačit. Na jazyku se rozplývající bůček s křupavou kůrkou milují všichni hosté a nikdy ho není dost. Přílišnou tučnost zmírní byliny a nudle. A pokud by bůček náhodou zbyl, můžete ho zamrazit a podávat s polévkou phở. To se ale nejspíš nestane.

3–4 PORCE

PŘÍPRAVA: ZHRUBA 2 HODINY + MARINOVÁNÍ 2 HODINY

MASO
- 1 kg bůčku bez kostí s kůží
- 1 lžíce vločkové mořské soli
- 1 lžíce jablečného octa nebo limetové šťávy

MARINÁDA
- 1 lžička mletého sušeného česneku
- ½ lžíce soli
- ½ lžičky koření pěti vůní
- ½ lžíce sójové omáčky

K PODÁVÁNÍ
- 80 g rýžových tenkých nudlí vermicelli
- olej z jarní cibulky
- 4 hrsti bylinek a listů na salát (perilla, thajská bazalka, vietnamský koriandr, mangold, listy salátu...)
- rybí omáčka nước mắm
- nakládaná kedlubna a mrkev nebo nakládaná zelenina podle výběru

1 Kůži na bůčku nařezejte na 1cm čtverečky. Bůček položte do hlubšího pekáče nebo hrnce kůží navrch a přelijte vroucí vodou tak, aby byl ponořený. Nechte ho 5 minut odpočívat, pak vodu slijte a postup jednou nebo dvakrát zopakujte. Odstraníte tím přebytečný tuk a nečistoty a kůže bude po upečení křupavá. Kůži jemně osušte papírovými utěrkami a bůček položte na kůži.

2 V míse smíchejte přísady na marinádu a potřete jím bůček z boku a horní strany (bez kůže). Pak ho obraťte a kůži znovu osušte. Posypte ji solí a vetřete do ní jablečný ocet nebo limetovou šťávu. Maso uložte na 2 hodiny do lednice a každou půlhodinu kůži osušte papírovými utěrkami.

3 Troubu předehřejte na 220 °C. Pekáč vyložte pečicím papírem a položte na něj kovový rošt. Na rošt dejte bůček, pečte ho 1 hodinu kůží navrch.

4 Bůček obraťte a pečte 10 minut nebo dokud není maso měkké. Nechte ho zcela vychladnout, pak ho nakrájejte na tenké plátky. Dobře to jde sekáčkem od masa směrem ke kůži. Rozložte na servírovací talíř křupavou stranou navrch. Mezitím namočte nudle do vlažné vody na 30 minut.

5 Nudle slijte a ponořte je na 30 až 60 vteřin do vroucí vody. Znovu slijte a zakápněte olejem s jarními cibulkami (2 nakrájené cibulky asi 5 minut zahřívejte ve 2 lžících oleje a nechte vychladnout). Do misky rozložte listy a bylinky a podávejte k masu s rybí omáčkou a nakládanou zeleninou. Na tu nakrájejte na nudličky po 100 g mrkve, kedlubny nebo bílé ředkve, přelijte nálevem z 1½ lžíce krupicového cukru a 2 lžic jablečného octa a nechte asi 30 minut rozležet.

Nước mắm

RYBÍ OMÁČKA

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 5 MINUT

- 2 chilli papričky ptačí oko
- 2 stroužky česneku
- 3 lžíce krupicového cukru
- 3 lžíce bílého vinného octa
- 4 lžíce rybí omáčky
- 80 ml horké vody

Chilli papričku nasekejte najemno, česnek oloupejte a prolisujte do misky k papričce. Přidejte zbylé suroviny a dobře promíchejte.

NOVINKA

LAKMA

SIDOLUX®

Značka čisticích prostředků **SIDOLUX Marseille soap with lavender** nyní přichází s novou unikátní řadou produktů pro komplexní úklid domácnosti parfemovaných identickou vonnou kompozicí. Řada obsahuje univerzální prostředek pro mytí všech omyvatelných povrchů včetně podlah, speciální mycí prostředek na podlahy vinylové, z linolea a dlažby, prostředek na mytí oken s nano technologií, prostředek na čištění koupelen k odstraňování vodního kamene a mýdlových usazenin a poslední výrobek je určen na péči o nábytek, který zabraňuje usazování prachu, odstraňuje ohmatky a jiné nečistoty.

SIDOLUX Marseille soap with lavender

Stoleté dezerty

SLADKÉ DĚDICTVÍ

O VÁNOCÍCH MÍVÁME TENDENCI NOSTALGICKY VZPOMÍNAT, VRACET SE K RODINNÝM RECEPTŮM A OŽIVOVAT TRADICE NAŠICH PŘEDKŮ. NĚKTERÉ MOHOU BÝT VŠAK PŘEKVAPIVĚ MODERNÍ, JAK UKAZUJÍ PRVOREPUBLIKOVÉ RECEPTY NA MOUČNÍKY. ZAUJMOU MÉNĚ OBVYKLÝMI POSTUPY, POUŽITÍM EXOTICKÝCH SUROVIN, ELEGANTNÍM PROVEDENÍM A HLAVNĚ LAHODNOU CHUTÍ. MOŽNÁ OBJEVÍTE SVŮJ NOVÝ RODINNÝ KLENOT.

CITRONOVÝ DORT S MANDLOVOU NÁPLNÍ

Tento dort doporučovaly Ženské noviny na Vánoce roku 1929. Vypadá slavnostně, chutná výborně a potřebujete jen pár surovin. Spojení nadýchaného piškotu s nevšední mandlovou náplní vás překvapí i snadnou přípravou. Citronová šťáva dortu dodává nejen příjemně nakyslou chuť a svěžest, ale hlavně spojuje mandle. Čím víc je nasekáte nahrubo, tím víc budou křupat. Elegantního efektu docílíte namletím najemno.

1 MENŠÍ DORT (PRŮMĚR 15 CM) / 10 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT

TĚSTO
- 40 g másla
- 6 vajec
- 80 g krupicového cukru
- 100 g hrubé mouky
- máslo na vymazání formy
- strouhanka na vysypání formy

NÁPLŇ
- 150 g loupaných mandlí
- 2 lžíce vody
- 100 g moučkového cukru
- 2 chemicky neošetřené citrony

POLEVA
- 1 lžíce citronové šťávy
- 1 lžíce horké vody
- 100 g moučkového cukru
- tenké plátky citronu na ozdobu

1 Menší dortovou formu (o průměru 15 cm) vymažte máslem a vysypte strouhankou nebo ji vyložte pečicím papírem. Troubu předehřejte na 150 °C. Máslo rozehřejte a nechte zchladnout.

2 Z bílků ušlehejte tuhý sníh a zašlehejte do něj cukr a postupně jeden po druhém žloutky. Do vlahého másla vmíchejte 2 lžíce žloutkového sněhu. Směs přelijte zpět do vaječné pěny, přidejte mouku a lehce promíchejte.

3 Těsto vlijte do připravené formy a pečte v předehřáté troubě 25 až 30 minut, až povrch zpevní a korpus se odtáhne od formy. Vyjměte a nechte zchladnout ve formě.

4 Na náplň rozemelte mandle a smíchejte je s vodou, cukrem, najemno nastrouhanou kůrou z 1 citronu a citronovou šťávou z obou.

5 Na polevu promíchejte citronovou šťávu s vodou a postupně vešlehejte prosátý moučkový cukr, až vznikne hladká hustá poleva.

6 Vychladlý dort vytáhněte z formy, podélně prořízněte, potřete náplní, spojte a přelijte polevou. Před podáváním můžete ozdobit plátky citronu.

MRAMOROVÁ TŘÍVRSTVÁ BÁBOVKA

Potěchu pro oko nabízely i prosté domácí dezerty. Třenou bábovku obarvěte čokoládou a červeným ovocným sirupem a na řezu se vyjeví mramorování jako v italském kostele. Tuhle krásku tak můžete podávat na Boží hod vánoční nebo kteroukoli zimní neděli.

1 FORMA

PŘÍPRAVA: NAD 1½ HODINY

- 170 g změklého másla • 200 g moučkového cukru • 4 vejce • nastrouhaná kůra z ½ chemicky neošetřeného citronu • 200 g hladké mouky • 150 g hrubé mouky • 1 sáček kypřicího prášku • špetka soli • 6 lžic mléka • 200 g nastrouhané čokolády • 3 lžíce kakaa holandského typu • máslo na vymazání formy • 4 lžíce červeného sirupu (rybízového, malinového, třešňového, višňového) • hrubá mouka nebo strouhanka na vysypání formy • moučkový cukr na poprášení

1 Formu na bábovku pečlivě vymažte máslem a vysypte moukou nebo strouhankou. Mixérem nebo v robotu s nástavcem plochá metla vyšlehejte změklé máslo s cukrem do husté pěny, trvá to zhruba 10 minut, ručně vařečkou pak 30 minut. Do máslové pěny postupně po jednom zašlehejte žloutky a citronovou kůru.

2 Z bílků ušlehejte tuhý sníh. Mouky smíchejte s kypřicím práškem a solí a směs přimíchávejte ke žloutkům po malých částech střídavě se sněhem a mlékem.

3 Troubu předehřejte na 160 °C. Těsto rozdělte na tři díly. První nechte žlutý, do druhého vmíchejte čokoládu a kakao a do třetího sirup.

4 Do připravené formy vrstvěte jedno těsto po druhém, případně ho můžete lžící obkroužit ve formě a náplně víc prolnout. Pečte v předehřáté troubě zhruba 45 minut až 1 hodinu. Vyjměte, nechte mírně zchladnout ve formě a vyklopte. V silikonové formě nechte bábovku zcela vychladnout. Před podáváním ji lehce pocukrujte.

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A KRISTINA ZÁBRODSKÁ

ZÁZRAČNÝ KOLÁČ

Těsné sousedství Německa se dříve projevovalo v kuchyni mnohem větší difuzí vlivů a receptů. Tento Wunderkuchen má však kořeny nejspíš až ve Francii. Křehké těsto s jemně nakyslou chutí a citronovou vůní objímá hustý vinný krém sabayon, který pečením mírně zpevní. Koláč podávejte teplý.

1 KOLÁČ (PRŮMĚR 18 CM) / 10 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: 2 HODINY

TĚSTO
- 280 g hladké mouky
- 100 g špaldové mouky
- 280 g studeného másla
- 2 žloutky
- 3 lžíce smetany ke šlehání (33%)
- 3 lžíce bílého vína
- šťáva z ½ citronu
- máslo na vymazání formy
- mouka na pomoučení a vysypání formy

NÁPLŇ
- 250 ml suchého bílého vína
- 8 vajec
- 200 g krupicového cukru
- ½ chemicky neošetřeného citronu
- 80 g kandované citronové kůry

1 Obě mouky prosejte do mísy, rozkrájejte do nich studené máslo na malé kousky a pomocí nože promíchejte tak, aby se kousky másla obalily moukou. Přidejte žloutky, smetanu, víno a citronovou šťávu. Vypracujte hladké pevnější těsto.

2 Těsto rozválejte na lehce pomoučené pracovní ploše nebo silikonové podložce na plát silný 5 mm, složte ho na třetiny, znovu rozválejte a složte a ještě jednou to zopakujte. Těsto zabalte do potravinářské fólie a uložte na 30 minut do ledničky.

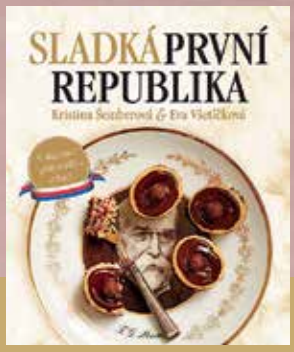
3 Mezitím v rendlíku smíchejte víno se žloutky, cukrem, šťávou a najemno nastrouhanou citronovou kůrou. Zahřívejte na mírném stupni a šlehejte, až vznikne hladký hustý krém. Odstavte a za občasného míchání nechte zchladnout.

4 Troubu předehřejte na 160 °C. Dortovou formu s odepínacím dnem vymažte máslem a vysypte moukou nebo vyložte pečicím papírem.

5 Odpočaté těsto rozválejte na lehce pomoučené ploše na plát silný 1 cm a vyložte jím i po stranách připravenou formu. Zakryjte ho pečicím papírem, zatižte fazolemi a předpečte ve vyhřáté troubě zhruba 10 minut.

6 Kandovanou citronovou kůru nasekejte na nudličky a vmíchejte je do žloutkového krému. Z bílků ušlehejte tuhý sníh, opatrně ho zapracujte do žloutkové směsi a vlijte na těsto. Pečte v předehřáté troubě dorůžova, trvá to zhruba 30 minut. Upečený koláč opatrně přeložte na podnos a hned podávejte.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ



SLADKÁ PRVNÍ REPUBLIKA

Kristina Šemberová a Eva Všetíčková

Tradice sladkého pečiva je u nás velmi silná, i když v čase se proměňovala. Mnohé kynuté koláče, buchty, záviny a bábovky pocházejí z předminulého století, prvorepublikové řezy, dorty, zákusky, pudinky, nákypy a drobné pečivo k odpolednímu čaji upadly v zapomnění. Oživily je a pro dnešní jazýčky upravily zkušené novinářky a autorky kuchařek. Kristina Šemberová se přes deset let věnuje výzkumu prvorepublikové kuchyně, a proto jednotlivé kapitoly uvádějí texty o dobových surovinách, cukrárnách, kavárnách a jídelníčku. O rostoucím zájmu o první republiku svědčí fakt, že kuchařka Sladká první republika vyšla ve třetím vydání v upravené a rozšířené verzi o kapitolu moučníků na lžičku, které se dnes velmi zvolna vracejí na náš stůl.

Vydalo nakladatelství scrptd media.

VÝTEČNÝ OVOCNÝ CHLEBÍČEK

Sladké chlebíčky oslňují svojí jednoduchou rychlou přípravou, nekonečnými možnostmi obměn a kompaktním tvarem. Působí jako moderní dezert, ale srnčí hřbety a chlebíčkové formy se těstem plnily už před 200 lety. V této verzi spojuje sušené ovoce s ořechy a čokoládou strouhaný perník se smetanou, chlebíček je hutnější a nádherně voní po Vánocích.

1 FORMA / 20 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

CHLEBÍČEK

- 1 hrst rozinek • 250 g sušených datlí • 250 g vyloupaných vlašských ořechů
- 250 g sušených fíků • 100 g hořké čokolády • 100 g perníku
- 50 g kandované pomerančové kůry • 50 g kandované citronové kůry
- 2 vejce • 200 ml smetany ke šlehání (33%) • máslo na vymazání formy
- hladká mouka na vysypání formy • čokoládová poleva podle chuti

ČOKOLÁDOVÁ POLEVA S CUKROVÝM ROZVAREM

- 100 g krupicového cukru • 100 ml vody • 200 g nastrouhané čokolády
- 1 lžíce másla

ČOKOLÁDOVÁ POLEVA SE SMETANOU

- 100 g hořké čokolády • 125 ml smetany ke šlehání (33%)

1 Troubu předehřejte na 180 °C. Rozinky spařte horkou vodou. Formu na biskupský chlebíček vymažte máslem a vysypte moukou.

2 Datle, ořechy a fíky pokrájejte nahrubo, čokoládu a perník nastrouhejte najemno. Všechny suroviny na chlebíček důkladně promíchejte, těsto rozetřete do připravené formy, uhlaďte povrch a pečte v předehřáté troubě zhruba 30 minut, až chlebíček zpevní.

3 Upečený chlebíček vyjměte, nechte chvíli chladnout ve formě a pak ho vyklopte. Podle chuti ho přelijte vybranou čokoládovou polevou.

4 Na polevu s cukerným rozvarem svařte nejprve cukr s vodou na mírném stupni tzv. na perlu. Když do cukerného roztoku ponoříte vařečku, tekutina z ní stéká jako perlička zavěšená na niti. Přidejte čokoládu a změklé máslo a promíchejte. Na druhou polevu rozlámejte čokoládu do smetany a zahřívejte, až se čokoláda rozpustí a poleva mírně zhoustne.

KAŠTANOVÉ ŘEZY SE ŠLEHAČKOU

Kaštany bývaly na sklonku 19. století a mezi válkami velmi oblíbenou přísadou do slaných nádivek i do sladkých těst. Jejich jemně zemitá a zároveň nasládlá chuť vyvolává dojem luxusu a měkká konzistence dodává těstu objem. V těchto řezech září kaštany v těstě i v náplni, 11 žloutků zařídí jemnost a vláčnost korpusu. Pokud se spokojíte s hutnějším těstem, postačí jen šest celých vajec.

1 PLECH / 15 KOUSKŮ

PŘÍPRAVA: NAD 60 MINUT

TĚSTO
- 70 g másla • 140 g uvařených jedlých kaštanů nebo pyré • 200 g krupicového cukru
- 6 žloutků • 5 vajec • 140 g mletých mandlí • 70 g hladké mouky

NÁPLŇ
- 110 g uvařených jedlých kaštanů nebo pyré • 250 ml smetany ke šlehání (33%)
- 200 g zakysané smetany

1 Máslo rozehřejte a nechte zchladnout. Uvařené kaštany prolisujte, rozmixujte nebo najemno nastrouhejte. Promíchejte je s polovinou cukru a postupně vmíchávejte žloutky (pokud používáte jen šest vajec, prošlehejte polovinu cukru se žloutky do pěny a přimíchejte kaštany).

2 Troubu předehřejte na 180 °C, plech vyložte pečicím papírem. Z bílků ušlehejte tuhý sníh a zašlehejte do něj zbylý cukr. Pak ho postupně, po lžících, zapracujte střídavě s mandlemi a moukou do kaštanové hmoty. Tři lžíce směsi promíchejte s rozpuštěným máslem, vlijte zpět a lehce promíchejte.

3 Těsto rozetřete na připravený plech a pečte zhruba 30 minut v předehřáté troubě, až zpevní, ale je stále pružné. Nechte ho vychladnout a pak plát rozřízněte na dvě poloviny.

4 Kaštany nasekejte nadrobno. Ušlehejte tuhou šlehačku, promíchejte ji s většinou kaštanů (zhruba 2 lžíce nechte na ozdobu) a tímto krémem potřete jeden plát. Přiklopte druhým plátem, potřete ho zakysanou smetanou a posypte zbylými kaštany.

prima tip

Jedlé kaštany je třeba nejprve tepelně upravit. Nařízněte je do kříže, vsypte je do vroucí vody a na středním stupni je vařte 8–10 minut doměkka. Slijte, kaštany promněte v utěrce a ještě teplé je oloupejte včetně nahořklé slupky pod skořápkou. Vychladlé prolisujte nebo nastrouhejte. Koupit můžete i hotové pyré či uvařené kaštany.

SLADKÁ DVACÁTÁ LÉTA

První republika trvala pouhých 20 let, ale její hodnoty včetně gastronomie nás inspirují dodnes. Za tuto krátkou dobu se výrazně proměnila česká kuchyně i každodenní stravování. Po 1. světové válce sice přetrvával přídělový systém na základní potraviny až do roku 1921, ale dobrá úroda, rozvoj hospodářství a dovoz potravin vedly k postupnému zlepšení životního stylu a rozkvětu gastronomie. Šéfkuchaři se inspirovali v zahraničních restauracích a hotelech, vymýšleli nové pokrmy a cukráři vytvářeli úplná mistrovská díla. Zatímco v kavárnách zpravidla diskutovali pánové v oparu cigaretového dýmu o světovém dění, dámy chodily s přítelkyněmi na kávu a dortík do oblíbených cukráren. Tam končívala obvykle i rodinná nedělní vycházka. Řezy, koláč, bábovka, sladký chlebíček, pudink, kompot nebo koláčky se zpravidla podávaly po každém obědě v rodinách střední a vyšší třídy. Chudší rodiny jedly koláče a buchty jako hlavní chod, proto mívají prvorepublikové recepty víc těsta než náplně a množství cukru je třeba ubrat na polovinu, abychom cítili i jiné chutě než sladkost. Část mouky bývá nahrazena mletými ořechy či mandlemi, hojné byly jedlé kaštany, fíky, pomeranče, čokoláda a sněhové těsto bez mouky. Dnes tyto recepty označujeme za bezlepkové, dříve šlo o vítanou možnost v chudších časech. Samostatnou kapitolu tvoří nákypy, pudinky a krémy. Možná kvůli prostotě surovin o ně zájem postupně uvadal, jde však o velmi pestrou oblast dezertů. Celosvětová hospodářská krize, 2. světová válka, odsun obyvatel pohraničí a uzavření západních hranic naši kuchyni opět výrazně proměnily. Naštěstí můžeme lahodné dědictví našich předků ochutnat a se znalostí dnešních surovin a pokorou k historii jej předat dalším generacím.

Správná volba

DÁREK,
který nadchne každého

Udělejte radost svým zaměstnancům i blízkým
dárkovou kartou LIDL.

Dárková karta LIDL je dostupná ve všech **prodejnách LIDL**.

Jak na to naleznete na **www.lidl.cz**

Dárkovou kartu Lidl lze uplatnit ve všech prodejnách Lidl v České republice.
Seznam prodejen a informace o aktuálních nabídkách naleznete na www.lidl.cz

Sladký stromeček

PUSINKOVÁ VĚŽ

NAČECHRANÁ BALETNÍ SUKÝNKA ANNY PAVLOVY BĚHEM JEJÍHO AUSTRALSKÉHO A NOVOZÉLANDSKÉHO TURNÉ V 30. LETECH MINULÉHO STOLETÍ DALA VZNIKNOUT NADÝCHANÉMU SNĚHOVÉMU DEZERTU, BEZ NĚJŽ SE PRÝ DODNES NEOBEJDE ŽÁDNÝ TAMNÍ NEDĚLNÍ OBĚD. POPULARITA „PAVLOVY" JE TAK NEUTUCHAJÍCÍ, ŽE SE NOVÝM HITEM STAL VÁNOČNÍ STROMEČEK SESTAVENÝ HNED Z NĚKOLIKA SUKÝNEK. TENHLE ÚCHVATNÝ VÝTVOR, STŘEDOBOD VÁNOČNÍHO STOLU, OPRAVDU STOJÍ ZA TROCHU BALETU V KUCHYNI!

1 STROMEK

PŘÍPRAVA: CCA 2 HODINY
+ NEJMÉNĚ 3 HODINY CHLADNUTÍ

SNĚHOVÉ TĚSTO
- bílky z 5–6 čerstvých vajec (odměřte je, mělo by jich být 170 ml)
- 250 g jemného krupicového cukru
- 2½ lžičky kukuřičného škrobu (maizeny)
- 1¼ lžičky bílého vinného octa

OVOCNÝ ROZVAR
- 250 g mražených malin nebo jahod
- 2 lžíce jemného krupicového cukru

ŠLEHAČKA
- 300 g 40% vychlazené smetany ke šlehání
- 200 g vychlazeného mascarpone
- 2 lžičky vanilkového extraktu
- 1 lžíce jemného krupicového cukru

DOKONČENÍ
- čerstvé nebo sušené ovoce, moučkový cukr, snítky rozmarýnu, cukrářské zdobení...

1 Troubu předehřejte na 150 °C. Připravte nejprve plechy se vzory na jednotlivé placky. Na 1 kus pečicího papíru nakreslete kruhy o průměrech 15, 12, 6,5 cm a na druhý kruhy o průměru 10, 8,5, 5 a 4 cm. Jako vzory můžete použít třeba koláčové formy, pokličky, talířky či vykrajovátka. Papíry položte na plechy pokreslenou stranou dolů. (Můžete ale také upéct více stejných pusinek). Jednu mřížku v troubě umístěte do středu a druhou na spodek trouby.

2 Bílky (pokojové teploty) šlehejte v robotu nebo elektrickými metlami při vyšší rychlosti 1½ minuty, až vzniknou měkké špičky. Nechte motor běžet a postupně přisypávejte tenkým pramínkem asi po 1 lžíci cukr, až se zcela zapracuje. Bude to trvat asi 1½ minuty.

3 Stále při vysoké rychlosti šlehejte ještě dalších 6 minut, až bude sníh lesklý, hustý a zrnka cukru v něm úplně rozpuštěná (uždíbněte trošičku sněhu a promněte ho mezi prsty, neměl by být hrubý).

4 Zastavte motor, povrch sněhu poprašte škrobem a zakápněte octem. Pak při vyšší rychlosti asi půl minuty šlehejte. Pevnost sněhu vyzkoušejte tak, že mísu obrátíte dnem nahoru – sníh nevypadne. Pokud se ale zdá, že se k tomu chystá, šlehejte ho ještě o chvilku déle.

5 Do naznačených kruhů na papírech stříkejte cukrářským sáčkem nebo nanášejte lžící sníh – měli byste ho mít dost na nanesení ve 2 vrstvách, nakonec by měla být výška asi 2 cm. Pokud stříkáte sáčkem, vytvářejte soustředné kruhy, lžící bude výsledek rozvolněnější. Během pečení se sněhové těsto mírně rozběhne, ale nevyběhne.

6 Vložte plechy do trouby na připravené mřížky a její teplotu IHNED snižte na 120 °C. Pečte 1 hodinu. Po této době se přesvědčte, že spodky pusinek jsou úplně suché a křupavé – opatrně nadzdvihněte jeden okraj, neměl by se vláčně hroutit. Má-li k tomu tendenci, pečte těsto ještě 5 minut. Pusinky nechte nejméně 3 hodiny ve vypnuté zavřené troubě, až zcela vychladnou a uschnou. Klidně je v troubě můžete nechat i do druhého dne. Až do sestavení je můžete uchovat ve vzduchotěsné nádobě v suché a chladné místnosti.

7 Na rozvar dejte ovoce a cukr do širšího kastrolu a při střední teplotě vařte asi 5 minut, ovoce přitom drťte vidličkou. Nakonec rozmixujte na pyré, které ještě můžete protlačit jemným sítem, aby bylo zcela hladké. Před použitím nechte úplně vychladnout.

8 Smetanu ušlehejte až těsně před sestavováním stromečku. Všechny přísady dejte do velké vychlazené mísy a při vysoké rychlosti šlehejte dotuha, asi 5 minut. Ihned dejte do ledničky.

9 Při sestavení položte největší placku na podávací talíř a až k okrajům potřete asi 1cm vrstvou šlehačky. K okrajům umístěte 4 celé kousky ovoce jako sloupky a jen lehce je vtlačte do šlehačky. Prostředek posypte nakrájeným ovocem a zakápněte rozvarem tak, aby po stranách vytékal.

10 Potřete další vrstvou šlehačky, tence, ale pokud možno rovnoměrně. Doprostřed zapíchněte špejli, špičkou nahoru. Měla by být tak dlouhá, aby se vám na ni vešly všechny placky, cca 30 cm. Napíchněte na ni další sněhovou placku a pokračujte ve vrstvení, až sestavíte celý stromeček. Během sestavování se snažte, aby placky stály pokud možno vodorovně, když tak je podpírejte kousky ovoce. Pokud sestavujete stromeček z menších pusinek, na spojení bude stačit šlehačka a ovocný rozvar. Na závěr stromek podle libosti ozdobte a poprašte moučkovým cukrem.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A JITKA RÁKOSNÍKOVÁ • FOTO MAREK KUČERA • FOODSTYLING PETRA FRÝDLOVÁ

PRIMA TIPY

- Při oddělování vajec raději postupujte vždy po jednom vejci, bílek oddělte do zvláštního hrnečku. Kdyby totiž vejce nebylo v pořádku, zkazilo by vám ostatní už vyklepnutá vejce. Vejce se lépe oddělují chladná. Bílky z čerstvých vajec se ušlehají lépe a rychleji, ale před šleháním je vždy nechte dojít pokojové teploty!
- Přídavek škrobu a octa zajistí těstu strukturální stabilitu a pevnost, ale přidejte jen uvedené množství, zcela stačí.
- Chcete-li těsto před pečením uhladit, použijte plochý, tzv. paletovací nůž.
- Stromeček sestavujte nejlépe poblíž místa, kde ho budete umíst'ovat, abyste zabránili zbytečnému přenášení. Sestavujte ho na pevné ploše mimo domácí provoz, všechny potřeby mějte po ruce – ovoce, rozvar, šlehačku, zdobení, cukr, špejli, stěrku.
- A nakonec: nejste-li si úplně jisti, stromeček můžete sestavit i z mnoha menších pusinek (jako jsme to nakonec udělali i my).

Chutné drobnosti

ZAJÍMAVÉ POHOŠTĚNÍ

CO BY BYLY SLAVNOSTNÍ STOLY A POSEZENÍ S RODINOU A PŘÁTELI BEZ TREFNĚ POJMENOVANÝCH CHUŤOVEK? OPRAVDU NAVOZUJÍ CHUŤ K JÍDLU A BÁJEČNĚ DOPLŇUJÍ NEJRŮZNĚJŠÍ NÁPOJE. NĚKDY NÁM ZACHUTNAJÍ I JAKO LEHKÉ HLAVNÍ JÍDLO – AŤ TAK ČI TAK, NÁSLEDUJÍCÍ DROBNÉ A NE ÚPLNĚ BĚŽNÉ KOUSKY URČITĚ PŘIDÁTE DO SVÉHO KUCHYŇSKÉHO ZÁPISNÍKU!

NAKLÁDANÉ SYREČKY

Olomoucké tvarůžky, náš certifikovaný poklad, mají nejenom mnoho využití, ale rády se poddávají i bezpočtu způsobů nakládání, což výrazně zmnoží jejich přirozený půvab, o chutě povzbuzujícím potenciálu ani nemluvě. Tak třeba takhle.

4–6 PORCÍ

PŘÍPRAVA: DO 30 MINUT + ROZLEŽENÍ NEJMÉNĚ 3 DNY

- 4 cibule, hezky vypadají jemné bílé nebo výrazné červené
- několik nakládaných feferonek nebo chilli papriček
- 500 g olomouckých tvarůžků
- asi 400 ml rostlinného oleje
- 1 hrst nasekaných čerstvých bylinek podle chuti a výběru
- drcený kmín, mletá paprika, případně chilli koření, čerstvě namletý černý pepř

1 Oloupanou cibuli nakrájejte na tenká kolečka nebo jemné klínky, feferonky třeba na kolečka (hezky budou vypadat šikmé řezy).

2 Do sklenice nebo menších sklenic vrstvěte tvarůžky, cibuli a feferonky. Olej promíchejte s bylinkami a kořením a vlijte ho na tvarůžky se zeleninou.

3 Tvarůžky nechte stát na chladném suchém a tmavém místě alespoň 3 dny.

prima tip

Naložené tvarůžky můžete podávat celé, s příborem a doplněné čerstvým pečivem, chlebem či tousty. Zbylé můžete nadrobno nakrájet a rozetřít s trochou nálevu na vynikající pomazánku.

SÝROVÉ KULIČKY

Klasika k vínu i pivu, oblíbená položka všech posezení, mejdanů dámských, pánských i smíšených. Tentokrát ve světácky vyšvihnuté podobě.

VÍCE NAJDETE NA PRIMA-FRESH.CZ

4 PORCE

PŘÍPRAVA: DO 30 MINUT

- 230 g krémového sýru
- 120 g nastrouhaného polotvrdého sýru typu čedar
- 130 g sušených (amerických) neslazených brusinek nasekaných na kousky
- 130 g vlašských ořechů, nejlépe opražených, nasekaných na kousky nebo umletých nahrubo
- 1 hrst nadrobno nakrájené pažitky nebo jarní cibulky
- ½ lžičky sušeného granulovaného česneku

K PODÁVÁNÍ

- sýrové krekry, chipsy, slané tyčinky, preclíčky, hranolky mrkve či řapíky celeru

1 V míse utřete krémový sýr s nastrouhaným, polovinou brusinek a ořechů, pažitkou a česnekem. Vytvarujte kuličky, klaďte je na tác vyložený pečicím papírem a dejte do ledničky.

2 Před podáváním je obalte ve směsi zbylých brusinek a ořechů. Servírujte s krekry, tyčinkami či zeleninou.

prima tip

Opražené ořechy jsou křehčí, křupavější a rozvoní se. Rozprostřete je na plech vyložený pečicím papírem a pražte v troubě předehřáté na 180 °C asi 5 minut, jednou promíchejte. Pak je nechte vychladnout. Místo vlašských ořechů můžete použít jejich příbuzné, jemnější pekany.

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A JITKA RÁKOSNÍKOVÁ • FOTO MAREK KUČERA • FOODSTYLING PETRA FRÝDLOVÁ

prima tip

Na obalení hub podle tohoto receptu nepoužívejte klasické mléko, s přídavkem citronové šťávy by se srazilo a na houbách by nedrželo.

SMAŽENÉ „KUŘE“ Z HLÍVY

Původně bylo vymyšleno pro vegany jako náhrada masa, ale bezpečně si ho zamilují i ti, kdo se mu nevyhýbají.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 30 MINUT

- 300 g hlívy ústřičné
- rostlinný olej na smažení

NA NALOŽENÍ A OBALENÍ

- 250 ml sójového mléka
- šťáva z ½ citronu
- 130 g hladké mouky
- 1 lžička kypřicího prášku
- 1½ lžíce krupicového cukru
- 1 lžička mleté sladké papriky
- 1 lžička sušeného granulovaného česneku
- případně chilli koření podle chuti
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Houby očistěte a nakrájejte nebo natrhejte zhruba na čtverečky o straně cca 4 cm. Promíchejte sójové mléko s citronovou šťávou a houby ve směsi důkladně obalte.

2 V jiné misce promíchejte mouku, kypřicí prášek a koření, včetně soli a pepře podle chuti.

3 V hlubší pánvi rozehřejte nejméně 3cm vrstvu oleje. Až bude rozehřátý, obalujte postupně kousky hub v kořeněné mouce a opatrně je smažte ze všech stran dozlatova, trvá to 3 až 4 minuty z každé strany. Odkládejte je na kuchyňský papír. Před podáváním je ještě poprašte trochou soli.

SÝROVÉ CRUFFINY

Relativní novinka cruffins skutečně vznikla coby spojení jemně křupavých croissantů a ve formách pečených vláčných muffinů. Geniální nápad! Postup přípravy je jednodušší než tvarování croissantů, kterým zase pečení ve formě dodá trochu robustnější tělo a hutnost. S těstem se také nemusíte trápit, běžně ho koupíte hotové, a ten česnekový parfém, to je opravdu paráda. No na to si snad připijeme!

12 KS

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

- 110 g másla • 1 lžíce nadrobno nasekané pažitky
- 1 lžíce rozetřeného česneku • 340 g sýru typu čedar
- 3 balení rozváleného těsta na croissanty nebo listového těsta • olej na vymazání formy

NA POTŘENÍ

- 3 lžíce rozpuštěného másla • 1 lžička nakrájené pažitky
- 1 lžička rozetřeného česneku • sůl podle chuti

1 Troubu předehřejte na 180 °C. Důlky nepřilnavé 12důlkové formy na muffiny lehce vytřete olejem nebo vystříkejte olejovým sprejem.

2 Máslo rozehřejte, přelijte do misky a nechte zchladnout. Promíchejte ho s pažitkou, česnekem a strouhaným sýrem. Směsí postupně potřete pláty těsta. Každý pevně stočte z delší strany, překrojte na poloviny a každou půlku pak ještě po délce na poloviny. Z každého plátu těsta tak budete mít 4 špalíčky.

3 Dílek těsta opatrně a pevně stočte rozkrojenou stranou nahoru a konce zasuňte dospodu. Závitky vkládejte do důlků formy, vložte do trouby a pečte 20 až 25 minut do zlatohnědé barvy.

4 Mezitím si připravte česnekové máslo smícháním uvedených surovin. Máslem potřete ještě teplé cruffiny.

TIKI ESPRESSO

Již svým vzhledem představuje Tiki Espresso exotiku. Vyzkoušejte různorodost chutí podtrženou pravým italským espresem.

- 30 ml espressa Caffè Vergnano
- 40 ml Martini Bianco • 30 ml ananasového džusu
- 20 ml mandlového sirupu
- plátek ananasu a pár lístků máty • led

Sklenici naplňte kostkami ledu. Do šejkru vsypte led, přilijte Martini, ananasový džus, sirup a protřepejte. Nalijte přes sítko do sklenice. Zbytek dolijte espresem. Ozdobte plátkem ananasu a pár lístky máty.

prima tip

Hezká veganská verze – nebo prostě jen pro změnu – vznikne, když místo lososa použijete mrkev. Naloupejte ji po délce na tenké plátky a povařte asi 4 minuty v mírně osolené vodě, až zvláční. V misce promíchejte šťávu z 1 citronu, 2 lžíce nasekaného kopru, špetku soli a čerstvě namletý pepř a ve směsi obalte proužky mrkve. Přikryté marinujte několik hodin, můžete i přes noc.

ŘEPNÉ LÍVANEČKY S UZENÝM LOSOSEM

Variace na téma bliny, ale vyšperkovaná do velmi elegantní podoby. Zároveň se tu vtipně pracuje s přehlíženou červenou řepou a variabilitu mohou posílit i různé druhy mouky.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 60 MINUT

LÍVANEČKY
- 100 g vařené červené řepy
- asi 120 ml vody
- 130 g hladké pšeničné nebo luštěninové mouky
- 1 lžička kypřicího prášku
- špetka soli
- 1 lžíce jablečného octa
- 1 lžíce rostlinného oleje + na smažení

KOPROVÝ KRÉM
- 150 g krémového sýru
- 2 lžičky najemno nasekaného kopru
- pár kapek citronové šťávy
- čerstvě namletý černý pepř

K PODÁVÁNÍ
- 150 g uzeného lososa
- 1 malý svazek čerstvého kopru
- 2–3 lžíce kaparů
- 1 malá červená cibule
- 1 citron
- čerstvě namletý černý pepř

1 Řepu nakrájejte nadrobno a rozmixujte ji s vodou. V míse promíchejte mouku, kypřicí prášek a sůl, vlijte rozmixovanou řepu, ocet a olej a promíchejte dohladka. Je-li těstíčko příliš husté, zřeďte ho trochou vody. Těstíčko nechte nejméně 15 minut odpočívat, můžete i déle.

2 Mezitím připravte koprový krém promícháním všech přísad dohladka.

3 Rozehřejte nepřilnavou pánev, potřete ji trochou oleje a pak po částech smažte malé lívanečky – až po minutě či dvou začnou být okraje suché a uprostřed naskáčou bublinky, lívanec obraťte a osmažte z druhé strany.

4 Usmažené lívanečky udržujte teplé. Před podáváním dejte na každý kopeček koprového krému, plátek uzeného lososa a dokončete posypáním nasekaným koprem a kapary, na tenké dílky nakrájenou cibulí a na závěr zakápněte citronovou šťávou a dobře opepřete.

La FORMAGGERIA

Brazzale

GRAN MORAVIA

Grandiózní Vánoce

NASKENUJ A VYBÍREJ

Vánoční dárkové balíčky plné vybraných specialit vybírejte v našich prodejnách nebo online na:

laformaggeriaonline.com

Hvězdný večírek

GREAT TASTE AWARDS

NA PÁRTY SE CHCEME BLÝSKNOUT A SVÉ HOSTY PŘÍJEMNĚ PŘEKVAPIT. ZARUČUJEME VÁM, ŽE TĚMITO DOBROTAMI JE ZCELA OKOUZLÍTE. KAMPOTSKÝ PEPŘ, SOLNÉ KVĚTY Z KAMPOTU, ČERNORYBÍZOVÝ DŽEM S FIALKOU A DESTILÁTEM Z VÝLISKŮ HROZNŮ Z CHAMPAGNE A PISTÁCIOVÝ KARAMEL OHROMILY MEZINÁRODNÍ POROTU NEJVĚTŠÍ GASTRONOMICKÉ SOUTĚŽE GREAT TASTE AWARDS A PERFEKTNĚ ZAZÁŘÍ NA KAŽDÉM SLAVNOSTNÍM STOLE.

VÁŠEŇ PRO SLADKOSTI

Životopis Vlada Ryasnyyho mapuje ty nejzajímavější cukrářské podniky u nás. Dvojnásob vás ohromí zjištění, že je mu pouhých 25 let. Už při studiu střední gastronomické školy v pražském Braníku se účastnil řady soutěží a učil se od italského cukráře Daniela Combiho v podnicích La Bottega a La Cucina. Později se stal zástupcem Ivety Fabešové v IF Café a na světových soutěžích v gastronomii reprezentoval Juniorský národní tým kuchařů a cukrářů.

Když v roce 2018 ochutnal v Barceloně džem z mučenky a manga, rozhodl se pustit se do výroby netradičních džemů také a založil značku Sugar Life. K džemům postupně přidal i karamely, ořechové pomazánky, granoly a makronky. Nesoustředí se však jen na chuť a vizuální dojem, ale především na proces. Cukrářské receptury tak neustále vylepšuje. „Ke každému produktu nebo dezertu se snažím přistupovat inovativně a přísně vědecky. Cukrařinu vnímám jako umění i chemický obor – spojení molekul, vody a dalších surovin. Při tvorbě receptur proto vycházím nejen ze světových trendů, ale také ze svých znalostí fyziky a chemie," vysvětluje Vlad Ryasnyy. Důvěřujte Vladovi a ochutnejte jeho pomazánku z arašídů a slaného karamelu, čokoládový karamel s kávou nebo malinový karamel s yuzu. Hvězdu si z Great Taste Awards přivezla pomazánka Lískový ořech s čokoládou, Pistáciový karamel a džemy s příchutí černý rybíz, fialka a Marc de Champagne a mango, mučenka a vanilka. „Základem dobrého džemu jsou kvalitní suroviny, čistota při práci a refraktometr na měření cukernatosti šťáv a samozřejmě funkční receptura," usmívá se Vlad. Momentálně chystá dva nové džemy na příští rok. Vědeckému zkoumání podrobil i složení dezertů a místo klasického použití mléka, másla, vajec a smetany se pustil do zkoušení čistě rostlinných receptů. Tři roky mu trvalo, než vyladil makronky bez lepku, mléčných produktů a se sníženým obsahem cukru. „Každý typ dezertu nebo cukrářských produktů má jasně dané parametry, kolik by měl obsahovat cukrů, tuků, sušiny, vody a podobně. Občas se některé suroviny chovají jinak a pak je třeba upravit složení receptu. Trochu experimentovat a zkoušet, abyste dosáhli nejlepšího výsledku," popisuje Vlad. Své znalosti sepsal do knihy Macarons, kde kromě českého a anglického popisu najdete i videorecepty.

VÍCE NA WWW.SUGARLIFE.CZ.

PŘIPRAVILA KRISTINA ZÁBRODSKÁ • FOTO ARCHIV FIREM

NEJLEPŠÍ DELIKATESA SVĚTA

České výrobky bodují na Britských ostrovech docela často, ale poprvé získal český produkt ocenění zlatá vidlička. Profesionální porota vybrala z 14 000 vzorků z celého světa 14 nejlepších a mezi nimi byl lyofilizovaný pepř se solným květem z Kampotu od značky .pepper..field. Poprvé také zvítězil kampotský pepř. „Z ocenění jsme měli ohromnou radost větší o to, že je to náš vynález. Čerstvý zelený pepř naloží farmáři v Kampotu do tamního solného květu, zavakuují ho a pošlou nám ho do Česka. Tady ho sušíme mrazem, protože lyofilizace z pepře vytáhne vodu, ale zvýrazní jeho chuť, vůni a zjemní jeho štiplavost. Zároveň v něm zůstanou všechny minerály a vitamíny. V Kampotu totiž roste nejen nejchutnější pepř světa, ale u farem se nacházejí i saliny, kde se sbírá solný květ. Těší nás, že jsme ho pomohli objevit i zbytku světa," usmívá se Klára Dohnalová, která se svým přítelem Davidem založila značku .pepper..field. V roce 2018 přivezli do Prahy poprvé kampotský pepř a zájem gurmánů jim potvrdil, že jejich nápad může fungovat. Do Kambodži přijeli před osmi lety kvůli návštěvě Angkor Vatu. Zdejší lidé se jim však zalíbili svou bezprostředností a radostí ze života, a tak se začali vracet. Cestovali po rodinách a přitom zjišťovali, co lidi trápí, co potřebují, co řeší. „Náhodou jsem se spřátelili s prezidentem Asociace kampotského pepře a snažili jsme se ho přesvědčit, že chceme od místních rodin vykupovat za férovou cenu jejich pepř a prodávat ho v Česku. Nikdo nám nevěřil, protože lidé měli špatnou zkušenost se zahraničními vlastníky farem, kteří raději pěstují svůj pepř. V roce 2018 jsme vykoupili 250 kg pepře od 12 rodin a peníze jsme dali přímo jim, příští sklizeň jsme se vrátili a postupně jsme si budovali důvěru. Z rodinných farem jsme vytvořili družstvo, dodnes se jich přidalo 203, což je většina v oblasti. Díky tomu máme zaručenou nejlepší kvalitu pepře v Kampotu. Bohužel než jsme dokázali pomoci všem, zhruba 100 farem zaniklo nebo začaly pěstovat výhodnější mango," vypráví Klára. Původně si Klára s Davidem mysleli, že kampotský pepř budou převážně exportovat, ale Češi si jej zamilovali a dnes jsme třetí největší konzumenti kambodžského pepře na světě (1. jsou Francouzi a 2. Němci). „Vyšší cena má svůj význam, kampotský pepř je navíc tak výrazný, že ho stačí 0,5 g místo 2 g běžného pepře," dodává Klára.

Pepř se v Kampotu pěstuje od 13. století. Půda bohatá na minerály, teplé klima s 80% vlhkostí, slanost moře i blízkost džungle mu svědčí. „Pepř se navazuje na tyče, poprvé plodí po 4 letech, při správné péči jej lze sklízet i 20 let. Farmáři pepř hnojí jen kravím a netopýřím trusem, který ředí s vodou z jezírka a ručně pepř zalévají," popisuje Klára, která farmáře i finančně edukuje a trvá na školní docházce dětí. V lednu se sbírá zelený pepř a suší se na slunci na černý, v květnu dozraje zelený pepř dočervena a následně se loupe na bílý pepř. Farmáři pepř ihned po sběru, usušení či naložení do solného květu zavakuují, aby uchovali jeho kvalitu. Prezident asociace osobně ochutná pepř od každé rodiny, a pokud projde přísnými kritérii, pošle ho do Evropy. „Farmáři pepř rovnou přebírají, my ho v Česku ještě kontrolujeme ve speciálním přístroji, abychom měli jistotu 100% čistoty," vysvětluje Klára. Špičková kvalita suroviny i zpracování se odráží nejen v zájmu gurmánu, ale i v ocenění Great Taste. Tři hvězdy získal již zmíněný lyofilizovaný pepř v solném květu, čerstvý pepř naložený v solném květu, fermentovaný pepř a solné květy. „Fermentovaný pepř je velejemný a měkký jako kaviár a šéfkuchaři ho hodně používají ve studené kuchyni na dozdobení i dochucení," dodává Klára. Lyofilizovaný fermentovaný pepř drcený na flaky získal také hvězdu. Paleta pepřových produktů je široká stejně jako využití pepře – při vaření, pečení, do drinků, k dochucení slaných i sladkých jídel. V .pepper..fieldu se rádi spojují s dalšími českými producenty s podobným smýšlením. S Herůfkem vytvořili čokoládu, s Landcraftem gin, s Proudem pivo, s Marcelem Jinochem hotové drinky, které stačí jen nalít na led, s Sugar Life pepřové nugátky. Kampotský pepř je i perfektním dárkem díky nádhernému designu a balení v krabičkách z českého zachráněného kartonu Cartoons a potěší opravdu všechny.

VÍCE NA WWW.KAMPOTSKYPEPR.CZ.

GREAT TASTE AWARDS

Nejslavnější ocenění gastronomických produktů se uděluje každoročně v Londýně a má zhruba stejnou váhu jako Oscar ve filmu. Z přibližně 14 000 dobrot z celého světa vybírá porota složená z největších gastronomických odborníků ty nejchutnější výrobky. Přihlásit se může každý výrobce potravin, ale pokaždé s novým produktem. Oceněné české výrobce můžete potkat na Prima FRESH festivalech.

WWW.FRESHFESTIVAL.CZ

Svátky lásky

SLAVNOSTNĚ I BEZ MASA

ŠÉFKUCHAŘKA PRAŽSKÉHO BISTRA GREEN TABLE BY VEOLIA MILUŠE MAKÓ MILUJE ZELENINU A JEJÍ NEKONEČNOU ROZMANITOST CHUTÍ A BAREV. PROTO RÁDA VAŘÍ VEGETARIÁNSKÁ I VEGANSKÁ JÍDLA, AČKOLIV SAMA SI MASO OBČAS DÁ. CHCETE-LI O SVÁTCÍCH SVŮJ JÍDELNÍČEK TROCHU ODLEHČIT, NEBO NAOPAK OBOHATIT, TYHLE POKRMY BEZ MASA ZAZÁŘÍ NA SLAVNOSTNÍM STOLE NA ŠTĚDRÝ VEČER I NA SILVESTRA.

TVARŮŽKOVÝ TATARÁK

Světově unikátní verze tataráku pro skutečné milovníky pikantních sýrů. Výraznou chuť olomouckých tvarůžků podtrhuje zauzená mletá paprika, ostrá chilli paprička a pořádná dávka česneku. Čím jsou tvarůžky vyzrálejší, tím je tatarák chuťově výraznější, protože se všechny suroviny lépe spojí. Perfektní doprovod k pivu či něčemu ostřejšímu.

2–4 PORCE

PŘÍPRAVA: 10 MINUT + ODLEŽENÍ 1 A VÍCE DNŮ

- 200 g olomouckých tvarůžků (čím zralejší, tím lepší)
- 20 ml světlého piva
- 1 jarní cibulka
- 1 chilli paprička
- 1 menší hrst nasekané pažitky
- 1 lžíce hrubozrnné hořčice
- 3 stroužky česneku
- 2 lžíce olivového oleje
- ½ lžíce mleté zauzené papriky
- 150 g změklého másla
- sůl a čerstvě namletý pepř
- čerstvý chléb nebo nachos k podávání

1 Tvarůžky nakrájejte na malinké kostičky, zalijte je pivem a nechte jeden den odstát při pokojové teplotě.

2 Druhý den nasekejte jarní cibulku na tenké plátky a chilli papričku nadrobno. Promíchejte s pažitkou, hořčicí, solí a pepřem. Česnek oloupejte a nakrájejte nadrobno. V pánvi rozehřejte olej a pár vteřin restujte zauzenou papriku, přidat můžete i česnek nebo ho ponechte syrový. Zauzenou papriku, česnek a jarní cibulku vmíchejte do tataráčku. Promíchejte s máslem a nechte v chladu rozležet, až se vůně tataráčku rozvine.

3 Podávejte s čerstvým kváskovým chlebem nebo třeba s nachos.

LANGOŠE S TRHANOU HLÍVOU A ZAKYSANOU SMETANOU

Nádherný příklad oblíbené české klasiky, která ve zdravé verzi chutná ještě lépe než originál.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 60 MINUT

LANGOŠE
- 150 g podmáslí • 300 g hladké mouky • 1 lžička soli
- 1 lžička kypřicího prášku • 75 ml olivového oleje
- (fermentovaná) zakysaná smetana k podávání
- zelenina, čalamáda anebo oblíbené bylinky k podávání

TRHANÁ HLÍVA
- 2 cibule • 600 g hlívy ústřičné • 50 ml olivového oleje
- 3 stroužky česneku • ½ lžičky drceného kmínu
- sůl a čerstvě namletý pepř

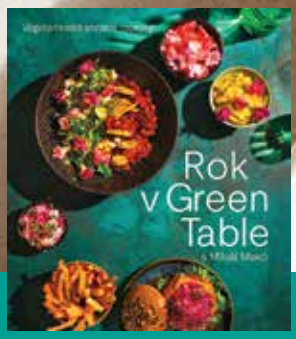
1 Podmáslí promíchejte s moukou, solí a kypřicím práškem na hladké těsto. Použít můžete vařečku nebo robot s nástavcem hnětací hák. Pokud je těsto i po dostatečném prohnětení stále řídké, přisypte trochu mouky.

2 Dva plechy vyložte pečicím papírem a zlehka ho potřete olejem. Troubu předehřejte na 200 °C.

3 Z těsta odkrajujte lžící větší kousky, vyválejte je nebo roztáhněte prsty na placku a skládejte je s rozestupy na připravené plechy. Zastříkněte je olejem a pečte v předehřáté troubě dozlatova, trvá to zhruba 15 minut podle velikosti. Pokud do langoše zapíchnete špejli, vyjde ven suchá.

4 Mezitím oloupejte cibuli a nakrájejte ji na tenké proužky. Hlívu propláchněte a natrhejte na delší kousky. Ve velké pánvi rozehřejte olej a orestujte cibuli dozlatova. Česnek oloupejte, rozetřete nebo prolisujte k cibuli, přisypte hlívu a kmín, osolte, opepřete a zprudka opékejte zhruba 5 minut, až hlíva změkne.

5 Upečené langoše potřete zakysanou smetanou a pokladťe hlívou. Ozdobte zeleninou a bylinkami a ihned podávejte.



ROK V GREEN TABLE

Miluše Makó

Maďarský dědeček zelinář probudil v Miluši Makó celoživotní lásku k zelenině, její maminka šéfkuchařka touhu vařit. S prvními zkušenostmi z rodinné restaurace zamířila Miluše Makó na hotelovou školu a po jejím absolvování se rozhodla ukázat krásu, barvitost, chuťovou pestrost i nekonečnou kreativitu zeleniny i hostům v olomouckém podniku Koza zůstala celá. Teď její lahodná vegetariánská a veganská jídla ochutnáte v restauraci Green Table by Veolia v pražském komplexu Florentinum. Vévodí jí velká hydroponická farma, kde Miluše pěstuje bylinky. A zde také vznikala její kuchařka Rok v Green Table, ve které představuje zajímavé bezmasé recepty z lokálních a sezonních surovin. Ty využívá maximálně beze zbytku a přitom dbá na rychlou a snadnou přípravu. Jídla skládá nejen vizuálně a chuťově, ale i nutričně vyváženě, a tak si můžete být jistí, že budete mít dostatek energie, vitaminů i minerálů a zároveň si skvěle pochutnáte.
www.greentable.cz

PŘIPRAVILY KLÁRA MICHALOVÁ A KRISTINA ZÁBRODSKÁ

VODNÍ PICKLES S UMEOCTEM

Umeocet vyniká slanosladkou chutí s ovocnými tóny. Zjemňuje výraznou zemitost košťálové a kořenové zeleniny a zároveň napomáhá její fermentaci. Ta prodlužuje život nejen zeleniny, ale i nám. Barevné pickles oceníte po bujaré noci, jako doplněk k sýrům i pečeným masům nebo při dochucování zeleninových salátů.

2 SKLENICE (ZHRUBA O OBJEMU 750 ML)

PŘÍPRAVA: 20 MINUT + ZRÁNÍ 3 DNY

- 500 ml vody • 100 ml umeocta • ¼ hlávky bílého zelí • ½ květáku
- ½ brokolice • 2 mrkve • 1 červená řepa • 1 cibule • 3 ředkvičky
- 1 lžíce barevného pepře • 1 lžička semínek koriandru
- 1 lžička hořčičných semínek • 2 snítky kopru

1 Větší sklenice propláchněte horkou vodou. Vodu převařte a nechte téměř zchladnout. Pak ji promíchejte s umeoctem.

2 Mezitím omyjte zeleninu, očistěte ji a nakrájejte na větší kousky. Naskládejte ji do čistých sklenic a přidejte koření a kopr podle chuti. Zalijte nálevem tak, aby byla zelenina ponořená, sklenici uzavřete a nechte 3 dny uležet při pokojové teplotě.

3 Fermentovanou zeleninu uložte do lednice. Vydrží v ní i několik týdnů, po otevření ji nabírejte jen čistou vidličkou.

prima tip

Množství zeleniny zvolte podle velikosti sklenice. Pickles jsou nejlepší z více druhů zeleniny, které jsou ve stejném poměru. Nálev připravte z 1 dílu umeocta na 5 dílů vody.

CELEROVÉ „RYBÍ PRSTY“ S JEMNÝM BRAMBOROVÝM SALÁTEM

Smažené tyčinky z drceného rybího masa v posledních letech vyklízejí pozice, své jméno a tvar však přenechaly této zeleninové alternativě, ve které jemné bílé rybí maso nahrazuje chuťově výraznější celer. Výborně ladí s pikantním bramborovým salátem, který můžete podávat teplý i studený na Štědrý večer i kdykoliv jindy.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

CELEROVÉ PRSTY

- 1 větší celer • šťáva ze 2 citronů
- 1 snítka tymiánu • 200 g sýru gouda
- 5 vajec • 2 lžíce nori vloček
- zhruba 150 g kukuřičné mouky
- zhruba 150 g panko strouhanky • sůl
- 100 ml kokosového oleje

SALÁT

- 800 g menších brambor (varný typ A nebo B)
- 3 lžíce olivového oleje • 200 g fazolových lusků
- 1 snítka kopru • šťáva z 1 citronu
- 1 lžička hrubozrnné hořčice • 1 lžička medu
- několik kapek jablečného octa
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Brambory očistěte, ale neloupejte je. Uvařte je v celku v mírně osolené vodě doměkka. Pak je slijte a nechte trochu zchladnout.

2 Mezitím oloupejte celer a nastrouhejte ho najemno. Vymačkejte z něj přebytečnou šťávu. Osolte ho a zakápněte citronovou šťávou. Tymián nasekejte nadrobno, sýr nastrouhejte najemno, 2 vejce prošlehejte vidličkou dohladka. Přidejte k celeru spolu s nori vločkami a osolte. Promíchejte a přisypte 4 lžíce kukuřičné mouky, aby se směs spojila a dala se tvarovat.

3 Do jednoho hlubokého talíře nasypte kukuřičnou mouku, v druhém prošlehejte zbylá tři vejce, do třetího talíře vsypte panko strouhanku.

4 Z celerové směsi tvarujte podélné kroketky a postupně je obalte v mouce, vejcích a strouhance. V hrnci rozehřejte kokosový olej a usmažte v něm celerové krokety dozlatova, trvá to zhruba 3 minuty z každé strany.

5 Zchladlé brambory nakrájejte na 3mm plátky. V pánvi rozehřejte olivový olej a opečte na něm brambory s fazolovými lusky dozlatova, stačí zhruba 3 minuty při vyšší teplotě.

6 Opečené brambory s fazolkami osolte, opepřete a promíchejte s nadrobno nasekaným koprem. Citronovou šťávu, hořčici, med a jablečný ocet prošlehejte vidličkou nebo ve sklenici s víčkem a přelijte přes brambory. Promíchejte a podávejte s celerovými prsty.

prima tip

Nori vločky jsou drcené kousky mořských řas, které jemně voní po moři a chutnají lehce slaně. Koupíte je v asijských obchodech i exotických odděleních v supermarketu. Tam najdete i japonskou panko strouhanku, která se postará o extra křupavost.

POHANKOVÝ HOUBOVÝ KUBA S PORTOBELLO STEAKEM

Oblíbené staročeské vánoční jídlo získává záměnou lesních hub za portobello žampiony moderní švih i celoroční působnost. Můžete je však vynechat a místo žampionů použít své oblíbené lesní houby. Kokosové mléko a lahůdkové droždí zjemní oříškovou chuť pohanky a vytvoří krémovou konzistenci.

4 PORCE

PŘÍPRAVA: DO 60 MINUT

- 400 g portobello žampionů
- 2 cibule
- 3 stroužky česneku
- 3 snítky čerstvé majoránky (nebo 1 lžička sušené)
- 1 snítka tymiánu
- 70 ml olivového oleje
- 1 lžička mletého kmínu
- 150 g pohanky
- 3 lžíce kvalitní sójové omáčky
- 450 ml kokosového mléka
- 1 lžíce lahůdkového droždí
- sůl a čerstvě namletý pepř
- olivový olej nebo veganské máslo na potření žampionů

1 Houby očistěte, nožičky nakrájejte na kostičky, čtyři klobouky odložte a zbylé houby nakrájejte nahrubo. Cibuli a česnek oloupejte a nakrájejte nadrobno, čerstvou majoránku odrhněte a spolu s tymiánem nasekejte najemno.

2 Ve větší pánvi nebo v hrnci rozehřejte olej, vsypte cibuli, nakrájené houby, majoránku, kmín a tymián, osolte, opepřete a opékejte zhruba 10 minut, až houby změknou a pustí šťávu.

3 K houbám přidejte pohanku a sójovou omáčku. Promíchejte a zalijte vodou tak, aby byla pohanka ponořená, ale zároveň neplavala. Zvyšte teplotu, a jakmile voda začne vřít, teplotu snižte a za stálého míchání uvařte pohanku doměkka. Trvá to zhruba 15 až 20 minut.

4 Přilijte kokosové mléko a vmíchejte lahůdkové droždí.

5 Odložené klobouky hub nařízněte jako mřížku. V pánvi rozehřejte tuk a zprudka opečte houby nejprve na horní (naříznuté) straně zhruba 3 minuty, pak je obraťte a opékejte ještě 2 minuty z druhé strany. Osolte, opepřete a podávejte s houbovým kubou.

prima tip

Houby použijte čerstvé, mražené i sušené. Ty namočte alespoň na 20 minut do horké vody a nálevem pak zalijte pohanku. Zbylého kubu ohřejte druhý den v troubě, získá lahodnou křupavou krustu.

VÁNOČNÍ MENU: LETOS ZELENĚ

Advent je obdobím, kdy se rodiny a přátelé scházejí u bohatě prostřených stolů a většinou se vše točí kolem masitých jídel. Co kdybyste však tento rok ozvláštnili jídly bez živočišných produktů a zkusili pár odlehčených receptů ve zdravějším provedení?

Ať už jste věrnými příznivci rostlinné stravy, nebo jen hledáte inspiraci, toto menu vás určitě nezklame.

Francouzská cibulová polévka, šťavnatý houbový řízek na přírodno s bramborovým salátem a osvěžující salát z červeného zelí, mrkve a zázvoru. Takové štědrovečerní menu potěší nejen vegetariány a vegany, ale i ty, kteří se vyhýbají lepku, laktóze (do bramborového salátu použijte veganskou majonézu) či sóje nebo ořechům.

FRANCOUZSKÁ CIBULOVÁ POLÉVKA

Doba přípravy: 30 min | Počet porcí: 4

Ingredience:

6 bílých cibulí, nakrájených na plátky
2 lžíce hnědého cukru
4 stroužky česneku
1,5 lžičky sušeného tymiánu
150 ml červeného vína
3 lžíce hladké mouky
200 ml zeleninového vývaru
2 lžíce Rama 100% alternativa másla
2 bobkové listy
Sůl a pepř
1 bageta (příp. bezlepková), nakrájená na plátky
250 g Violife Cheddar blok, nakrájený na kostky
2 lžíce citronové šťávy

Postup:

1. Ve velkém hrnci nechejte na Ramě a cukru zkaramelizovat cibuli. Poté přidejte česnek a tymián a míchejte, dokud nezavoní. Přidejte červené víno a zvyšte plamen do mírného varu. Nechte na 15 minut probublat.
3. Přidejte mouku a za stálého míchání stáhněte plamen na minimum. Zalijte vývarem, přidejte bobkové listy, sůl a pepř. Vařte dalších 10-15 minut.
4. Na omáčku Violife smíchejte v malém hrnci na mírném ohni Violife Cheddar a citronovou šťávu, dokud se kostky s příchutí Violife Cheddar nerozpustí.
5. Když je polévka hotová, vyjměte bobkové listy a dochuťte solí a pepřem. Naservírujte do misky, vložte do polévky plátek bagetky a přelijte lžící omáčky Violife. Vložte na 3 minuty do předehřáté trouby, dokud povrch nezezlátne. Poté vyjměte a podávejte.

Nové přírůstky do knihovny

5 INGREDIENCÍ – STŘEDOMOŘÍ

Jamie Oliver

Britská legenda se s nadšením sobě vlastním vrhla na oblast středomořské kuchyně. Své cestovatelské i kulinární priority tentokrát Jamie podchytil ve 125 receptech, přičemž dodržel své předsevzetí o pouhých 5 potřebných surovinách. Jak je pro region i duch doby příznačné, zdaleka ne vždy budete vařit jídla masová, vyzkoušet ovšem můžete i mnoho specialit z ryb a mořských plodů a rozhodně se nevyhnete sladkým tečkám. Praktické, proveditelné, potřebné – Jamie prostě nezklame.

BIBLE VÍNA

Madeline Puckette a Justin Hammack

Bomba pro všechny, kdo o vínu něco vědí, i ty, kdo se teprve znalci chtějí stát. A nakonec i pro ty, kdo o už vínu vědí hodně, ale jsou si vědomi, že je stále co se učit. Praktický průvodce předává všechny důležité informace (základní parametry vín, degustace, snoubení s jídlem, nejznámější i méně známé odrůdy, vinařské regiony, tipy) přehlednou a srozumitelnou formou, najdete tu moderní ikonografiku a mapy. Autoři (též zakladatelé světoznámého portálu Winefolly.com) tohoto světového bestselleru se sympaticky ve zvláštní kapitole věnují i našim vínům!

DO NEZNÁMA

Gordon Ramsay

Podtitul Kulinární dobrodružství se 60 recepty z celé zeměkoule je dostatečným shrnutím obsahu. Celosvětově proslulý šéfkuchař se už před časem rozhodl opustit vyšlapané gastronomické stezky a ve spolupráci s časopisem National Geographic zdokumentoval jídelní zvyky jednadvaceti zvláštních míst na této planetě. Vše zažito na vlastní kůži – Gordon si sám loví mořské plody a neohroženě ochutnává i velmi nezvyklé kombinace. Knížka jako stvořená pro podnikavé gurmány i cestovatele. A pokud vám stačí cestovat prstem po mapě, najdete tu i bohatou fotodokumentaci, která vám vybraná místa přiblíží.

KLASICKÁ ITALSKÁ KUCHYNĚ

Marcella Hazan

Druhé vydání knihy, která se stala úhelným kamenem všech knihovniček s kuchařkami zabývajícími se italskou kuchyní. Klasika, která nenašla soupeře a která se čte téměř jako román, vychází v češtině podruhé, po třiceti letech, a rozhodně ji nezapomeňte připsat na seznam vašich vánočních přání. Je určena nejširší veřejnosti, ale zároveň je tak precizní a podrobná, že by se měla řadit i k učebnicím používaným na kuchařských učilištích.

NEOFICIÁLNÍ KUCHAŘKA HARRYHO POTTERA

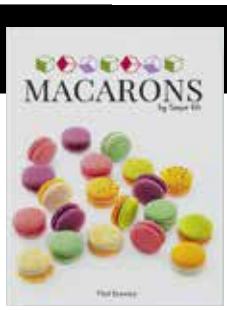
Dinah Bucholz

Zábavná knížka, která pomůže u dětí, které se zajímají o Harryho Pottera, vzbudit i zájem o jídlo. S pomocí této kuchařky vyčarujete hostiny, které si v ničem nezadají s hostinami ve Velké síni, sladkosti, které by byly hodné Ministerstva kouzel, svačinky, které byste si mohli dát i v Bradavickém expresu, a mnoho dalších dobrot. Kniha obsahuje více než 150 jednoduchých receptů, rad a technik, takže si můžete jako mávnutím kouzelného proutku dopřát lahodná jídla vytažená přímo ze stránek vašich oblíbených příběhů o sympatickém obrýleném kouzelnickém učni.

NEJBAREVNĚJŠÍ CESTA ANEB LEXIKON ROSTLINNÉHO VAŘENÍ

Kamila Chadim

Šéfkuchařka, foodblogerka a světoběžnice Kamu tentokrát naplnila rovných 432 velkoformátových stran 555 tipy a recepty na fantasticky pestrá bezmasá (též bezlepková a bezlaktózová) jídla, která vytvořila během putování obytnou dodávkou a doplnila je fotografiemi a příběhy z těchto cest. Nadčasová a výjimečná kuchařka (míněno ve všech smyslech slov) má ambice stát se skutečným fenoménem zdejší gastronomické scény už jen pro bezpočet tipů a informací z oblasti zdravé výživy. Jen malé varování – chcete-li ji do vaší poličky s kuchařkami, vyměňte laminát za pořádnou dubovou fošnu.



MACARONS

Vlad Ryasnyy

Nejpůvabnější cukrovinky, jaké francouzská cukrařina stvořila, jsou nejenom vyhledávanou laskominou, ale i cílem mnoha domácích pokusů. V nové publikaci najdete vše, co vás tomuto cíli přiblíží, případně rozšíří váš repertoár o bezpočet tipů a postupů. Kniha je navíc dvojjazyčná a díky QR kódům můžete sledovat návodná videa, která vám práci ještě zjednoduší. Zjistíte, že makronky mohou být nejen v nejrůznějších barvách, ale i s nejrůznějšími náplněmi, že těsta na ně se dají připravit mnoha způsoby a tak, že vám zaručeně nespadnou ani se neroztečou – zkrátka, mistrovství máte na dosah ruky.

PEČEME NEBESKY

Veronika Beskydiarová

Meteor na našem kulinárním nebi známý jako Besky přináší na trh druhou knížku. Jak sama autorka říká „je o tom, co miluji ze všeho nejvíc – sladké.“ Ve třech hlavních kapitolách představuje Besky dezerty jednoduché ze všech koutů světa i našich krajů, v druhé části Duely staví proti sobě vizuálně podobné sladkosti v pomyslném souboji chutí (například makronky versus laskonky) a ve třetí části se věnuje grandiózním dortům. Svérázné pojetí, bezchybné provedení a hlavně příslib nebesky sladkého blaha!

PŘIPRAVILY JITKA RÁKOSNÍKOVÁ A KLÁRA MICHALOVÁ • FOTO ARCHIV FIREM

VÍCE NAJDETE NA ONLINE PRIMA-FRESH.CZ

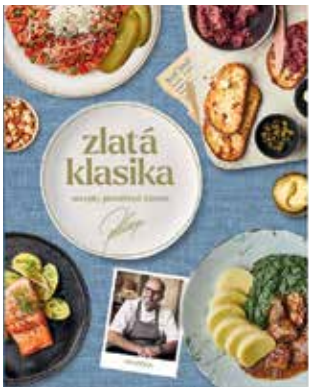
ČOKOLÁDA

Josef Maršálek

Renesanční muž a pohodář, který vnesl do české gastroscény závan světovosti a také nesmírnou pečlivost, znalosti a lásku k řemeslu. Tentokrát se věnuje nejhříšnější slabosti lidstva a opět tak činí s obrovským přehledem, erudicí i nadhledem. Jsou tu vrcholné kousky čokoládové cukrařiny, ale podané tak podrobně a precizně a tak pečlivě fotograficky zdokumentované, že se do nich může pustit i úplný amatér. Nádherná kniha, o které se vám bude zdát. Tenhle sen si ovšem díky Josefovi snadno splníte.

ZLATÁ KLASIKA

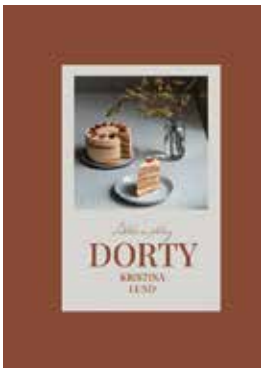
Zdeněk Pohlreich



Pohlreich se tentokrát vydal víc než sympatickou cestou, představuje totiž jídla, která máme zakódovaná v DNA. Nejen ta česká klasická, ale i ta, která jsme kdysi přivezli z cest a zamilovali si je tak, že je dodnes vaříme doma nebo třeba na chatě. Ale mistr je tady také od toho, aby vedl, takže vaše pečená kachna, svíčková, buchtičky se šodó či segedín a kung pao budou už vždy jako z partesu. Ostatně shrnuje to sám autor: „Vždycky jsem říkal, že je mi bližší být pěšákem klasiky než inovátorem a za každou cenu tvůrcem něčeho, co už je dávno objevené. Je tomu tak dodnes a za ty roky v gastronomii moc dobře vím, která jídla z restauračních lístků mizí jako první.“ A tak tomu bude i na vašem stole doma.

DORTY

Kristina Lund



S láskou napsaný příběh sladkého pečení od ženy, která se ve svém životě řídí skandinávskými principy fika a hygge a domácí pečení pokládá za jeden z jeho středobodů. Pečlivě vyzkoušené postupy předávané čtenářům krok za krokem pomohou začátečníkům i pokročilým, tipy poradí s výběrem vybavení a půvabné dorty s často nevšedními kombinacemi chutí a textur, vždy jednoduché, čisté a krásné, bezpochyby obohatí váš repertoár.

Slušná čočka!

SKROMNĚ A CHUTNĚ

Doplněná vejci nebo párkem je čočka na kyselo trvalou součástí našeho žaludečního genetického kódu. Stálici babičkovské, školní i hospodské kuchyně i přítelkyni obsahu naší peněženky víceméně plošně milujeme. V této verzi neztrácí nic ze své přitažlivosti ani ekonomických parametrů a přidává ještě slušnou dávku vizuální přitažlivosti.

ČOČKA S PEČENOU ZELENINOU A KLOBÁSKAMI

4 PORCE

PŘÍPRAVA: 60 MINUT

- 4 mrkve
- 2 nejlépe červené cibule
- 2 řapíky celeru
- 1 lžíce olivového oleje
- 800 g konzervované scezené a propláchnuté hnědé čočky
- 300 ml červeného vína nebo zeleninového vývaru
- 8 vepřových klobásek

ZÁLIVKA

- 2 lžíce červeného vinného octa
- ½ lžičky dijonské hořčice
- cukr podle chuti
- 1 lžíce olivového oleje
- 1 hrst jemně nasekané zelené petržele
- sůl a čerstvě namletý pepř

1 Mrkev očistěte a nakrájejte na větší kousky, cibuli oloupejte a nakrájejte na klínky nebo půlkolečka, celer na tenčí kolečka. Troubu předehřejte na 200 °C. Zeleninu promíchejte s olejem v pekáči, ve kterém budete jídlo podávat. Vložte do trouby a pečte 15 minut, až zelenina začne měknout.

2 Opatrně vmíchejte čočku, víno nebo vývar, hojně osolte a opepřete, navrch rozložte klobásky a pečte ještě 30 minut, až se vše prohřeje a klobásky propečou.

3 Mezitím prošlehejte z uvedených surovin zálivku. Zakapejte jí hotové jídlo, posypte petrželkou a podávejte.

prima tipy

Ještě ekonomičtější bude jídlo, když ho připravíte z doma uvařené čočky (předem propláchnuté a namočené). Klobásky použijte jakékoliv oblíbené, u těch pevných je dobré před pečením nařiznout střívko. Hodí se i měkčí grilovací klobásky, případně vinná klobása. Místo petrželky poslouží třeba majoránka nebo oregano, případně směs bylinek.

PŘIPRAVILY JITKA RÁKOSNÍKOVÁ A KLÁRA MICHALOVÁ • FOTO MAREK KUČERA • FOODSTYLING PETRA FRÝDLOVÁ

Toyota Corolla

2022, 1.5 Dynamic Force, 92 kW

Nájezd **38 600 km**

420 000 Kč

Již od **4499 Kč** měsíčně

- Záruka výrobce
- Adaptivní tempomat
- Apple CarPlay
- Parkovací asistent

Peugeot 2008

2020, 1.2 PureTech, 74 kW

Nájezd **7 500 km**

430 000 Kč

Již od **4599 Kč** měsíčně

- Záruka výrobce
- LED světlomety
- 360° kamera
- Android Auto

Škoda Octavia

2020, 1.5 TSI, 110 kW

Nájezd **24 700 km**

500 000 Kč

Již od **5299 Kč** měsíčně

- Záruka výrobce
- Android Auto
- LED světlomety
- Virtuální kokpit

Hyundai Tucson

2021, 1.6 T-GDI, 110 kW

Nájezd **21 300 km**

580 000 Kč

Již od **6199 Kč** měsíčně

- Záruka výrobce
- Výbava Comfort
- Virtuální kokpit
- LED světlomety

Škoda Kodiaq

2019, 2.0 TDI, 110 kW

Nájezd **46 100 km**

680 000 Kč

Již od **7199 Kč** měsíčně

- Záruka výrobce
- 4x4, Automat
- Apple CarPlay
- Navigace

Volkswagen Arteon

2019, 2.0 TDI, 140 kW

Nájezd **48 900 km**

760 000 Kč

Již od **8199 Kč** měsíčně

- Záruka výrobce
- 4x4, Automat
- Navigace
- Masážní sedadla

mototechna.cz

800 121 111

/Mototechna.cz

/Mototechna

Mototechna

AUTA JAKO NOVÁ, JEN LEVNĚJŠÍ

Úroková sazba: 5,9 %, RPSN: 5,93 %. Sjednání povinného ručenía havarijního pojištění nejsou podmínkou uzavření úvěrové smlouvy. Fotografie vozů jsou pouze ilustrativní. Dostupnost vozů je třeba ověřit na zákaznické lince. Nejedná se o závaznou nabídku ve smyslu § 1732 Občanského zákoníku. AURES Holdings a.s. je samostatným zprostředkovatelem spotřebitelského úvěru.

Dvojka
Český rozhlas

Rádio, které vás baví

» Rozhovory od srdce na Dvojce «

Pokud nechcete jen poslouchat, ale i něco se dozvědět, nalaďte si Dvojku.
Pořady a audioknihy Dvojky poslouchejte v rádiu, zpětně na webu
nebo jako podcasty v aplikaci mujRozhlas.

Rádio | Podcasty | Audioknihy | dvojka.rozhlas.cz

Poslouchejte
zde

Poslouchejte v FM,
DAB+, na webu nebo
v mobilní aplikaci.